**Администрация городского округа Семёновский**

**муниципальное дошкольное образовательное учреждение**

**«Детский сад №6 «Солнышко»**

Практические достижения профессиональной деятельности

(личного вклада в развитие образования)

воспитателя

Бузиной Анны Сергеевны

***«Развитие двигательной инициативы у детей старшего дошкольного возраста посредством подвижных игр»***





2021 г.

**Содержание**

1. Пояснительная записка………………………………………………………………2
2. Условия формирования личного вклада педагога в развитие образования……...3
3. Актуальность личного вклада педагога в развитие образования…………………5
4. Теоретическое обоснование личного вклада педагога в развитие дошкольного образования…………………………………………………………………………...7
5. Цели и задачи педагогической деятельности……………………………………….9
6. Ведущая педагогическая идея………………………………………………………10
7. Деятельностный аспект личного вклада педагога в развитие образования..........13
8. Результативность профессиональной педагогической деятельности……………28
9. Диапазон личного вклада в развитие образования и степень его новизны…….29
10. Транслируемость практических достижений профессиональной

деятельности…………………………………………………………………………….30

Список литературы……………………………………………………………………..32

Приложения……………………………………………………………………………..33

1. **Пояснительная записка.**

Дошкольное образование, как первое звено образовательной системы, в настоящее время претерпевает серьезные изменения. Признается право на различные образовательные концепции, подходы и модели. Безопасный мир, экология и сотрудничество, а также охрана и укрепление физического и психического здоровья детей стали приоритетными в воспитании и обучении на разных ступенях развития личности. Согласно Приказу Министерства образования и науки Российской Федерации «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования», физическое развитие включает в себя приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость, способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны); формирование начальных представлений о некоторых видах спорта; овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

Один из основных принципов дошкольного образования: поддержка инициативы детей в различных видах деятельности. Задача педагога заключается в том, чтобы научить детей самостоятельно и с удовольствием играть и выполнять двигательные действия. Только в этом случае они приучаются сами в любой игровой и двигательной ситуации регулировать степень внимания и мышечного напряжения, приспосабливаться к изменяющимся условиям окружающей среды, находить выход из критического положения, быстро принимать решение и приводить его в исполнение, проявлять инициативу, т.е. дошкольники приобретают важные качества, необходимые им в будущей жизни. Двигательная активность в комплексе с другими воспитательными средствами представляют собой основу начального этапа формирования гармонически развитой, активной личности.

**ИНИЦИАТИВА** (франц. initiative - от лат. initium - начало) - первый шаг в каком-либо деле; внутреннее побуждение к новым формам деятельности.

**2. Условия формирования личного вклада педагога** **в развитие** **образования**.

**Научно**-**исследовательские условия:**

Анализ показателей здоровья, физического и двигательного развития детей старшего дошкольного возраста в последние годы свидетельствует о тревожных тенденциях. По данным Е.Н.Вавиловой, Н.А. Ноткиной, М.А. Правдова, Ю.К. Чернышенко, В.И. Усакова от 30% до 40% детей старшего дошкольного возраста имеют низкий уровень двигательного развития. Причины этого кроются в современном образе жизни. Психологи, педагоги, медики отмечают общую тенденцию для детских учреждений - снижение двигательной активности (инициативы) детей (Ю.Ф.Змановский, М.А.Рунова, СБ.Шарманова, А.И.Федоров), а для ребенка-дошкольника потеря в движениях - это потеря в здоровье, развитии, знаниях. Не случайно в программе воспитания и обучения детей в дошкольных учреждениях вопрос здоровья стоит на первом месте. В решении этой проблемы первостепенное значение приобретает выявление источников пополнения и обогащения средств двигательного развития ребенка. По утверждению отечественных педагогов Е.Н. Водовозовой, П.Ф. Каптерева, П.Ф. Лесгафта, Е.А. Покровского, К.Д. Ушинского и др., подвижные игры являются эффективным средством физического воспитания.

Подвижные игры, построенные на движениях, требующих большой затраты энергии (бег, прыжки и др.), усиливают обмен веществ в организме. Они оказывают укрепляющее действие на нервную систему ребёнка, способствуют созданию бодрого настроения у детей. Активные движения повышают устойчивость ребенка к заболеваниям, вызывая мобилизацию защитных сил организмов, способствует улучшению питания тканей, формированию скелета, правильной осанки и повышению иммунитета к заболеваниям.

Во время подвижных игр у детей совершенствуются движения, развиваются такие качества, как инициатива и самостоятельность, уверенность и настойчивость. Они приучаются согласовывать свои действия и даже соблюдать определенные правила.

Прогрессивные русские ученые - педагоги, гигиенисты, такие как П.Ф. Лесгафт, А.П. Усова, Т.М.Бондаренко, Т.М.Вавилова, С.А.Васильченко, Т.И.Осокина, Л.И. Пензулаева, М.А. Рунова, Э.Я. Степаненкова и многие другие, представили игру как деятельность, способствующую качественным изменениям в физическом и психическом развитии ребенка, оказывающую разностороннее влияние на формирование личности дошкольника.

**Методические условия:**

О создании методических условий свидетельствует:

* Обогащение РППС по физическому направлению развития (пополнение оснащения центра физического развития необходимыми материалами и пособиями, разработала картотеки подвижных игр;
* Разработка перспективного плана и серии конспектов по развитию двигательной инициативы дошкольников посредством подвижных игр;
* Разработка теоретических материалов для родителей (консультации, стендовая информация, публикации);
* Разработка практических материалов для родителей (буклеты, памятки, брошюры, справочные материалы);
* Использование информационно – коммуникативных технологий (презентаций, интерактивной доски).

**Организационно-педагогические условия:**

О создании организационно-педагогических условий свидетельствует:

* Курсы повышения квалификации ООО «Межотраслевой Институт Госаттестации» по программе «Обучение по оказанию первой помощи пострадавшим в образовательной организации», 2020 г.
* Курсы повышения квалификации ООО «Межотраслевой Институт Госаттестации» по программе «Образовательный процесс в детском саду на основе примерной образовательной программы "Детство" в условиях реализации ФГОС ДО», 2020 г.
* Активное участие в работе муниципального методического объединения по физическому развитию дошкольников.
* Программа профессионально-личностного саморазвития педагога на тему «Развитие физических качеств у детей дошкольного возраста в игровых видах деятельности»
* Общение в педагогических сетевых сообществах maam.ru, nc портал, инфоурок по актуальным вопросам тематики.

**3. Актуальность личного вклада педагога**

**в развитие образования.**

В соответствии с п. 2.6 ФГОС дошкольного образования физическое развитие является одним из направлений развития и образования детей дошкольного возраста, для обеспечения развития личности, мотивации и способностей детей в различных видах деятельности.

Один из основных принципов дошкольного образования: поддержка инициативы детей в различных видах деятельности. Согласно Приказу Министерства образования и науки Российской Федерации «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования», физическое развитие включает в себя приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость, способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны); формирование начальных представлений о некоторых видах спорта; овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

Один из основных принципов дошкольного образования: поддержка инициативы детей в различных видах деятельности. Задача педагога заключается в том, чтобы научить детей самостоятельно и с удовольствием играть и выполнять двигательные действия. Только в этом случае они приучаются сами в любой игровой и двигательной ситуации регулировать степень внимания и мышечного напряжения, приспосабливаться к изменяющимся условиям окружающей среды, находить выход из критического положения, быстро принимать решение и приводить его в исполнение, проявлять инициативу, т.е. дошкольники приобретают важные качества, необходимые им в будущей жизни. Двигательная активность в комплексе с другими воспитательными средствами представляют собой основу начального этапа формирования гармонически развитой, активной личности.

Игра занимает важнейшее место в жизни ребенка – дошкольника и поэтому рассматривается как одно из главных средств воспитания. Огромную потребность в движении дети обычно стремятся удовлетворить в играх. Играть для них - это, прежде всего, двигаться, действовать. Эффективным средством развития двигательной активности дошкольников являются подвижные игры.

«Подвижная игра - это сознательная, активная деятельность ребенка, характеризующаяся точным и своевременным выполнением заданий, связанных с обязательными для всех играющих правилами».

По мнению М.Н. Жукова, «подвижная игра - относительно самостоятельная деятельность детей, которая удовлетворяет потребность в отдыхе, развлечении, познании, в развитии духовных и физических сил».

Подвижные игры дают возможность в увлекательной и игровой форме развивать и совершенствовать движения дошкольников, упражнять в беге, в прыжках, в лазании, бросанье, ловле и т.д.

Большое влияние подвижные игры оказывают также и на нервно-психическое развитие ребенка, формирование важных качеств личности. Они вызывают положительные эмоции, развивают тормозные процессы: в ходе игры детям приходится реагировать движением на одни сигналы и удерживаться от движений при других. В этих играх развивается воля, сообразительность, смелость, быстрота реакции. Совместные действия в играх сближают детей, доставляют им радость от преодоления трудностей и достижении успеха.

Подвижные игры классифицируются по возрасту, по степени подвижности ребенка в игре: игры с малой, средней, большой подвижностью; по видам движений: игры с бегом, с метанием, с мячом; по содержанию: подвижные игры с правилами и спортивные игры.

Для этого мною была разработана система образовательной работы с детьми старшего дошкольного возраста по развитию двигательной инициативы посредством подвижных игр, вовлечение в образовательный процесс родителей воспитанников.

**4.** **Теоретическое обоснование личного вклада педагога в развитие  
дошкольного образования.**

Теоретической основой для реализации моей профессиональной деятельности являются научно методические разработки следующих авторов: в научных трудах А.И. Быковой, А.В. Кенеман, И.В. Муратова, Н.В. Потехиной, Е.А. Тимофеевой показано, что двигательная деятельность дошкольников - естественная потребность, удовлетворение которой является важнейшим условием для формирования основных структур и функций организма, одним из способов познания мира и ориентировки в нём, а также условием всестороннего развития и воспитания детей.

Исследования З.Й. Адашкявичене, Л.Б. Спиридоновой, Г.П. Юрко и других показывают, что регулярная двигательная деятельность приводит к повышенному снабжению кислородом жизненно важных органов, предупреждает риск сердечно-сосудистых заболеваний и мышечной слабости, стимулирует здоровый образ жизни. У детей старшего дошкольного возраста развивается способность к анализу движений сверстников, самоанализу, самоконтролю, стремление не только удовлетворять свою биологическую потребность в активных движениях, но и быть сильным, ловким, смелым (Н.Е. Анкудинова, Л.А. Венгер, М.П. Голощёкина, Г.П. Лескова, Н.Н. Поддьяков).

Э.С. Вильчковский, Н.А. Ноткина, Л.Н. Пустынникова, М.А. Рунова в своих научных трудах свидетельствуют о том, что недостаточная двигательная деятельность отрицательно сказывается на физическом состоянии: замедляется рост, снижается сопротивляемость инфекционным заболеваниям), умственной работоспособности, приводит к задержке формирования двигательных навыков.

Изучением проблемы физического развития дошкольников занимались Юрий Евгеньевич Антонов, М.Н. Кузнецова, Тамара Филипповна Саулина, Вера Григорьевна Алямовская, Николай Францевич Дик, Е.В. Жердева, М.Д. Маханева, Людмила Ивановна Пензулаева, Марина Алексеевна Рунова, Л.А. Фандикова, В.А. Шишкина, М.В. Мащенко, Л.В. Яковлева, Р.А. Юдина и др. В работах этих авторов отмечено, что значимость двигательной активности дошкольников сегодня возрастает в связи с тем, что в последние годы наблюдается резкое ухудшение состояния здоровья и физической подготовленности детей. Низкая двигательная активность ведет к тому, что растут показатели заболеваемости дошкольников, у большинства дошкольников отсутствует интерес к двигательной активности: они предпочитают просмотр телевизора и малоподвижные игры, что ведет к неадекватности статических и динамических нагрузок.

Учитывая особенности дошкольного возраста, в котором ведущим видом деятельности является игра, многие авторы (О.И.Кокарева, Л.М.Коровина, Э.Я.Степаненкова и др.) настоятельно рекомендуют использовать ее для развития двигательной активности детей.

П.Ф. Лесгафт рассматривал подвижные игры как средство разностороннего воспитания личности ребенка, развития честности, правдивости, выдержки, самообладания, товарищества. Он рекомендовал воспользоваться играми, чтобы научить ребенка владеть собой, «сдерживать свои расходившиеся чувствования и приучить таким образом подчинять свои действия сознанию».

В. В. Гориневский рассматривал подвижную игру как средство формирования личности ребенка. Он придавал огромное значение оздоровительной направленности положительных эмоций, которые ребенок испытывает в игре.

Е.А. Аркин считал подвижную игру незаменимым средством развития ребенка, основным рычагом дошкольного воспитания, видел преимущества игры в ее эмоциональной насыщенности, привлекательности, мобилизующей силы ребенка, доставляющей радость и удовлетворение. Игра содействует работе крупных мышечных групп; развивает личную инициативу, психофизические качества; смелость, находчивость, дисциплину; тренирует анализаторные системы; разнообразие движений в ней препятствует утомлению.

Степаненкова: «Подвижная игра – незаменимое средство пополнения знаний и представлений ребенка об окружающем мире, развития мышления, смекалки, ловкости, сноровки, ценных морально-волевых качеств. При проведении подвижной игры создаются неограниченные возможности комплексного использования разнообразных методов, направленных на формирование личности ребенка. В процессе игры происходит не только упражнение в уже имеющихся двигательных навыках, их закрепление и совершенствование, но и формирование качеств личности.»

П.Ф. Лесгафт рассматривал подвижные игры как средство разностороннего воспитания личности ребенка, развития честности, правдивости, выдержки, самообладания, товарищества. Он рекомендовал воспользоваться играми, чтобы научить ребенка владеть собой, «сдерживать свои расходившиеся чувствования и приучить таким образом подчинять свои действия сознанию». Систематическое проведение подвижных игр развивает у ребенка умение управлять своими движениями, дисциплинирует его тело. Благодаря игре ребенок учится действовать ловко, целесообразно, быстро; выполнять правила, ценить товарищество.

**5. Цель и задачи педагогической деятельности**

Мною была поставлена цель педагогической деятельности: развитие двигательной инициативы детей старшего дошкольного возраста посредством подвижных игр.

Для достижения цели были поставлены следующие задачи:

* Способствовать развитию физических качеств, формированию двигательных умений и навыков, стремления к улучшению показателей физической активности (прыгнуть дальше, пробежать быстрее) посредством подвижных игр;
* Формировать умение прислушиваться к советам взрослого о способах улучшения результатов, и усвоив тот или иной навык, повторять постоянно в игровой деятельности;
* Развивать интерес к различным формам двигательной активности, желание приобрести специфические навыки для их осуществления;
* Закреплять способность воспитанников без жалоб относится к физической усталости, связывать ее со своими спортивными достижениями;
* Обогатить РППС по физическому развитию воспитанников, создав условия для повышения двигательной инициативы детей старшего дошкольного возраста посредством активного вовлечения их в подвижные игры;
* Обеспечить педагогическую поддержку семье в повышении компетентности родителей в вопросах развития двигательной инициативы детей старшего дошкольного возраста.

1. **Ведущая педагогическая идея.**

Современные дети мало двигаются, меньше, чем раньше играют в подвижные игры из-за привязанности к телевизору и компьютерным играм. Уменьшается и количество открытых мест для игр. Родители и педагоги все более и более обеспокоены тем, как, где и когда можно предоставить детям возможность активно и творчески поиграть. А чтобы поддержать интерес детей к таким играм, они должны их  узнать, и задача педагога помочь им в этом.

Современное общество предъявляет высокие требования к работе ДОУ, призванных

заложить основы крепкого здоровья и всестороннего развития личности ребенка. Нельзя не согласиться, что одной из первостепенных задач воспитательного процесса является физическое воспитание дошкольников.

**Ведущая педагогическая идея** звучит так - Использование разных видов подвижных игр способствует повышению двигательной активности (инициативы) дошкольников.

**Подвижные игры классифицируются по**:

* степени **подвижности (игры малой, средней**, большой **подвижности)**;
* преобладающим движениям **(игры с прыжками**, с перебежками и др.);
* предметам, которые используются в игре (**игры с мячом**, с лентами, с обручами и др.).

Чем больше **подвижных игр для дошкольников** могут предложить взрослые, тем полнее удовлетворяют жизненные потребности **дошкольников**. Ведь **подвижные игры в дошкольном**возрасте представляют естественный путь *«оттачивания»* мелкой моторики. Кроме того, **подвижные игры** позволяют полнее узнать мир, поэтому играют важную роль в физическом, психическом и эмоциональном развитии ребенка.

Почему же так важны **подвижные игры для дошкольников**? Потому, что в **дошкольном** возрасте у ребенка происходит усложнение моторики и координации движений. Этот процесс происходит в результате повседневного выполнения таких движений, как ходьба, бег, подпрыгивание, перепрыгивание, ползание. Однако повторение тех же движений в ходе **подвижной игры** позволяет значительно ускорить формирование **двигательных навыков**, способствуя раннему развитию ребенка как в физическом, так и в психическом плане.

Во время **подвижных игр дошкольник учится слушать**, выполнять четкие правила, быть внимательным, согласовывать свои движения с движениями других играющих, и, конечно же, дружить и находить взаимопонимание со сверстниками. Особенно полезны **подвижные игры для дошкольников застенчивым деткам! Активные подвижные игры** помогают им преодолеть робость. В запале **игры** малыш забывает о своем стеснении и просто наслаждается действием и успехом, когда все у него получается.

**Какие бывают подвижные игры для дошкольников**

* Условно **подвижные игры для дошкольников** можно разделить на сюжетные, бессюжетные и **игры-забавы**.

Однако, в любом случае, **подвижные игры для дошкольников** должны быть достаточно простыми и иметь доступные правила. Важно также подбирать такие **подвижные игры для дошкольников**, которые будут соответствовать уровню развития участвующих в них детей – не окажутся сложными, или наоборот, излишне примитивными.

Кроме того, желательно, чтобы **дошкольник играл в подвижные игры** с другими детьми под чутким руководством, а, если возможно, то и при **активном участии взрослого**. Стоит помнить, что у детей **дошкольного** возраста большая часть травм происходит именно во время **подвижных игр**.

* Сюжетные **подвижные игры для дошкольников** помогают детям закреплять свои знания и представления о предметах и явлениях окружающего их мира.

Например, о **средствах передвижения***(автомобилях, поездах, самолетах)* и правилах пользования ими; о повадках и особенностях движений различных животных и птиц и т. д.

* Бессюжетные **игры подвижные игры для дошкольников учат** детей быстро действовать по сигналу, развивают ловкость, внимание и смекалку, умение ориентироваться в пространстве.
* **Подвижные игры-забавы для дошкольников** предназначены для развлечения. Они **повышают настроение**, способны развеселить и отвлечь малышей.

Очень важна роль **подвижных игр в увеличении двигательной активности детей в течение дня.** Особое значение имеют они для увеличения физиологических нагрузок на организм ребенка. **Активные двигательные** действия при эмоциональном подъеме способствуют значительному усилению деятельности костно-мышечной, сердечно-сосудистой и дыхательной систем, благодаря чему происходит улучшение обмена веществ в организме и соответствующая тренировка функций различных систем и органов.

Влияние **подвижных** игр на развитие движений детей, а также некоторых волевых проявлений их во многом зависит от того, сколько времени длится эта игра. Чем дольше и **активнее** действует ребенок в игре, тем больше он упражняется в том или ином виде движений, чаще вступает в различные взаимоотношения с другими участниками, т. е. тем больше ему приходится проявлять ловкость, выдержку, умение подчиняться правилам **игры**.

**Активность** детей в играх зависит от целого ряда условий: содержания **игры**, характера и интенсивности движений в ней, от организации и методики ее проведения, а также от подготовленности детей. Одной из задач **педагогического состава подвижными** играми является поддержание в них достаточной **активности всех детей**, постепенное усложнение движений в соответствии с возрастными особенностями детей.

**Подвижная** игра имеет огромное значение для всестороннего развития ребенка: физического, умственного, эмоционального, социального.

**Подвижная** игра – это сознательная, **активная**деятельность ребенка, характеризующаяся точным и своевременным выполнением заданий, связанных с обязательными для всех играющих правилами.

В подборе игр необходимо опираться на требования и рекомендации основной образовательной программы, по которой работает ДОУ.

При проведении **подвижных игр нужно учитывать**:

* возрастные и **психолого-педагогические особенности детей**;
* направленность на развитие основных движений и психофизиологических качеств **дошкольников**;
* сферу интересов и потребностей ребенка;
* постепенное поэтапное усложнение игровых целей, задач, правил и условий **игры**.

Как уже раннее было сказано, наиболее эффективно проведение **подвижных** игр на свежем воздухе. При **активной двигательной** деятельности детей на свежем воздухе усиливается работа сердца и легких, а, следовательно, увеличивается поступление кислорода в кровь. Это оказывает благотворное влияние на общее состояние здоровья детей: улучшается аппетит, укрепляется нервная система, **повышается** сопротивляемость организма к различным заболеваниям.

“Игра-это сама детская жизнь, инстинктивная, добровольная, спонтанная и естественная, связанная с исследованиями, общением и выражением себя, сочетающая действие и мысль, приносящая удовлетворение и ощущение успеха”.

1. **Деятельностный аспект личного вклада педагога**

**в развитие образования**

Свою работу я разделила на 3 этапа:

I этап – подготовительный:

* изучение методической литературы;
* исследование степени сформированности двигательной инициативы детей;
* анкетирование родителей по вопросам развития двигательной инициативы детей дошкольного возраста посредством подвижных игр;
* подбор подвижных игр, направленных на повышение двигательной активности детей, разработка перспективного планирования работы;
* обогащение развивающей предметно-пространственной среды физическому развитию.

II этап – практический:

* реализация плана работы с детьми;
* реализация плана работы с родителями.

III этап – обобщающий:

* праздник «В стране Веселых игр»;
* проведение спортивного развлечения «Юные пожарные»;
* проведение военно-спортивной игры «Зарничка» участие детей в «Малышиаде» среди детских садов г.о. Семеновский;
* повторная диагностика по итогам педагогической деятельности;
* подведение итогов; пополнение методического кабинета картотекой методических материалов;
* публикации на Интернет - ресурсах опыта работы, обобщение и распространение опыта работы.

**На I этапе** я изучила основную образовательную программу дошкольного образовательного учреждения «Детский сад №6 «Солнышко» и проанализировала методическую литературу по данной теме.

Так же мною была проведена педагогическая диагностика проявления инициативы в двигательной активности старших дошкольников.

Диагностика показателей проявления инициативы в двигательной активности старших дошкольников на основе инструментария оценки качества дошкольного образования РАНХиГС с авторскоймодификацией осуществлялась по таким критериям:

* Физическая активность носит результативный характер, и ребенок стремится к улучшению показателей в ней (прыгнуть дальше, пробежать быстрее);
* Прислушивается к советам взрослого о способах улучшения результатов, и, усвоив тот или иной навык, повторяет постоянно в своей деятельности;
* Проявляет интерес к различным формам двигательной активности, стремится приобрести специфические навыки для их осуществления;
* Бодро и без жалоб относится к физической усталости, связывает ее со своими спортивными достижениями.

Диагностика показала следующие результаты.

Так, физическая активность носит результативный характер:

*Сформировано:*

- ребенок стремится к улучшению показателей в ней (прыгнуть дальше, пробежать быстрее) - у 5 чел. (18 %),

- прислушивается к советам взрослого о способах улучшения результатов, и, усвоив тот или иной навык, повторяет постоянно в своей деятельности - у 7 чел. (25%),

- проявляет интерес к различным формам двигательной активности, стремится приобрести специфические навыки для их осуществления - у 8 чел. (29 %),

- бодро и без жалоб относится к физической усталости, связывает ее со своими спортивными достижения - у 5 чел. (18 %);

*Частично сформировано:*

- ребенок стремится к улучшению показателей в ней (прыгнуть дальше, пробежать быстрее) - у 10чел. (36%),

- прислушивается к советам взрослого о способах улучшения результатов, и, усвоив тот или иной навык, повторяет постоянно в своей деятельности - у 9 чел. (32%),

- проявляет интерес к различным формам двигательной активности, стремится приобрести специфические навыки для их осуществления - у 11 чел. (39 %),

- бодро и без жалоб относится к физической усталости, связывает ее со своими спортивными достижения - у 12чел. (43 %);

*Не сформировано:*

- ребенок стремится к улучшению показателей в ней (прыгнуть дальше, пробежать быстрее) - у 13 чел. (46%),

- прислушивается к советам взрослого о способах улучшения результатов, и, усвоив тот или иной навык, повторяет постоянно в своей деятельности - у 12чел. (43%),

- проявляет интерес к различным формам двигательной активности, стремится приобрести специфические навыки для их осуществления - у 9 чел. (32%),

- бодро и без жалоб относится к физической усталости, связывает ее со своими спортивными достижения - у 11 чел. (39%).

На этом же этапе была проведена работа с родителями. Родителям было предложено анкетирование на тему «Организация двигательной активности ребенка в семье». Исходя из итогов анкетирования, сделан вывод о том, что родители в большинстве своём не знают, как правильно развивать двигательную активность ребенка детей, какие методы и средства необходимо использовать, не считают проблему достаточно важной, основные виды деятельности **детей** после прихода из детского сада – это компьютерные игры и просмотр телепередач-80%, настольные игры -12% и совсем немного трудовая деятельность - убрать игрушки и привести в порядок своё место для игр - 6%, совсем мало - подвижные игры-2%. Только личный пример родителей, их отношение к физической культуре формируют у детей необходимые навыки, которые составляют основу здорового образа жизни.

Было разработано перспективное планирование по развитию двигательной инициативы детей старшего дошкольного возраста посредством подвижных игр.

Следующим на этом этапе было обогащение развивающей предметно-пространственной среды с целью обеспечения условий для полноценной работы, связанной с развитием двигательной инициативы детей через подвижные игры. Планируя работу по развитию двигательной инициативы посредством подвижных игр, я:

- пополнила спортивный центр картотеками подвижных игр; гимнастики «пробуждения», утренней гимнастики, физкультминуток; создала альбомы по ознакомлению с разными видами спорта и презентации;

- изготовила некоторое физкультурное оборудование и игровой материал своими руками;

- создала условий для самостоятельной деятельности детей (доступный материал для развития физической активности), который назвала **Центр двигательной инициативы**. Центр представляется в виде круга из плотного картона. На нем 6 кругов разных цветов меньшего размера. На каждом из кругов изображен основной вид движений (ходьба; бег; метание; лазанье; прыжки; равновесие). Посередине большого круга представлена картинка «Общеразвивающие упражнения».

Дополнительно предлагается использовать кубик с цветными гранями или волчок, карточки - схемы основных видов движений с отметкой цветом группы движений, фотографии детей или картинки для каждого ребенка.

- кубик с цветными гранями (каждая грань обозначает основной вид движения): Желтый - «ходьба»; Синий - «бег»; Зеленый - «метание»; Фиолетовый - «лазание»; Оранжевый - «прыжки»; Красный - «равновесие».

- карточки - схемы с основными видами движений (на каждой карточке кружком обозначен цвет ОВД, который закрепляет это упражнение)

Возможные варианты заданий:

1. «Назови вид спорта». Детям предлагается назвать на каждый вид ОВД – вид спорта, где необходимо это движение.

Например: метание (волейбол, баскетбол и др.)

2. «Научи другого». Ребенок вставляет своё фото в круг определенного вида движений (например, лазание) и говорит: «Я сегодня научу, как правильно подлезать под дугу, потому что это у меня хорошо получается»

3. Выбор подвижной игры. С помощью кубика или волчка выбираем вид ОВД, на который будет игра (ведущего можно выбрать с помощью фото, например, выбрать наугад)

**II этап – практический**

Систему работы я выстроила из взаимосвязи трёх основных блоков:

* Организованная образовательная деятельность
* Совместная деятельность педагога и детей на условиях партнерства.
* Самостоятельная деятельность детей, которая возникает по инициативе самого ребенка – стихийно.

***Организованная образовательная деятельность***

Проявление инициативы в организации и проведении подвижной игры (сбор детей на игру при помощи зазывалок, стихов, звуков бубна, заданий-сюрпризов); введение дополнения в правила игры (усложнения), введение новых ролей.

Игровая форма проведения занятий помогает раскрепощению ребенка, созданию атмосферы свободы и игры.

На каждом физкультурном занятии находится место для творческих заданий, для самовыражения каждого ребенка, для проявления инициативы, выдумки, импровизации. Например,

* представьте, что вы идете по горячему песку босиком, покажите, как можно идти, чтобы песок не сильно обжигал ноги;
* подумайте и постройте с помощью своего тела высокий и низкий мостики;
* посмотрите вокруг и выберите предметы, из которых можно построить тоннель, сквозь него мы будем проползать на четвереньках.

В основной части занятия можно заинтересовать детей интригующими задачами, зрелищностью, возможностью по-разному манипулировать предметами, оборудованием.

Например:

* кто дальше бросит мешочек через голову назад;
* кто устоит на одной ноге после кружения с закрытыми глазами;
* попадите в катящийся обруч мячом;
* доберитесь до лесенки любым возможным способом, но не шагом и не прыжками;
* выберите любой предмет, который можно забросить в корзину, но сделать это безопасным способом и так далее.

Сразу после занятия подвести с детьми итог. Выяснить, как еще можно было выполнить задания другими способами.

Игра – отвечает законам, заложенным самой природой в развивающемся организме ребенка – неуемной потребности его в жизнерадостных движениях и проявлении инициативы.

Поддержка двигательной инициативы детей проявляется в введении дополнений в правила игры (усложнения) и введение новых ролей.

В работе с детьми проводилась подвижная игра «Охотники и зайцы». На первом этапе выполнения игры выполнялись согласованные движения несколькими участниками: зайцы прыгают в парах держась за руки, охотник метает мяч из положения сидя. На втором этапе усложнения условий игры: зайцы подлезают под шнур, охотник метает мяч по ногам играющих.

Так же проводилась подвижная игра «Хитрая лиса». На первом этапе выполнения игры воспитанники применяли необычные исходные положения: лиса не ловит тех, кто стоит на одной ноге, руки в стороны. Вводим «выручалки». На втором этапе усложнения условий игры: выбираем двух лис, чтобы спрятаться от лисы детям нужно встать на предметы.

**Алгоритм введения подвижной игры в образовательный процесс:**

***Совместная деятельность детей и взрослых:***

Совместная деятельность педагога и детей на условиях партнерства включала в себя подвижные игры и упражнения на развитие двигательной активности.

К подвижным играм дети проявляют особый интерес. Они привлекают их своей эмоциональностью, разнообразием сюжетов и двигательных заданий, в которых имеется возможность удовлетворить свойственное детям стремление к движениям.

В подвижных играх выполняются и активно развиваются различные движения, которые являются основными видами движений дошкольников: ходьба и бег, лазание и ползание, метание и катание, бросание и ловля мяча, прыжки и равновесие.

Увлеченные игрой, дети повторяют одни и те же движения много раз, не теряя к ним интереса. Это является важным условием развития и совершенствования основных видов движений.

Активная двигательная деятельность детей значительно стимулирует работу самых разнообразных групп мышц, усиливает кровообращение и дыхание, улучшает обмен веществ.

Все это ведет к наиболее полноценному физическому развитию и оздоровлению всего организма ребенка, *развитию крупной моторики и произвольности движений.*

В подвижных играх создаются благоприятные условия для воспитания таких двигательных качеств, *как ловкость, быстрота.*

Этому способствуют действия детей в постоянно меняющихся игровых ситуациях *(необходимость увертываться, чтобы не быть пойманным, бежать как можно быстрее, чтобы поймать убегающего, и т. д.).*

Подвижные игры различаются по содержанию, по характеру двигательных заданий, по способам организации детей, по сложности правил.

**Для сюжетных игр** характерны роли с соответствующими для них двигательными действиями. Сюжетные игры имеют готовый сюжет и твердо, зафиксированные правила. Сюжет отражает явления окружающей жизни (трудовые действия людей, движение транспорта, движения и повадки животных, птиц и т. д.), игровые действия связаны с развитием сюжета и с ролью, которую выполняет ребенок. Сюжет может быть образный («Медведь и пчелы», «Зайцы и волк», «Воробышки и кот») и условный («Ловишки», «Пятнашки», «Перебежки»). Правила обусловливают начало и прекращение движения, определяют поведение и взаимоотношения играющих, уточняют ход игры. Подчинение правилам обязательно для всех.

Сюжетные подвижные игры преимущественно коллективные (небольшими группами и всей группой).

На занятиях и в свободной деятельности мы с детьми играли в подвижную сюжетную игру: «Медведи и пчелы».

Для этого нам нужно разделиться на две команды (мальчики медведи, а девочки пчелы). На одной стороне зала ульи, а на другой - луг. По сигналу «Полетели» пчелы жужжат и летят на луг за медом. В это время медведи из берлоги бегут к ульям. По сигналу воспитателя «Медведи» пчелы летят в ульи и жалят медведей. Медведи должны убежать от пчел в свои берлоги. Тот медведь, которого ужалили, садится на стульчики.

**В бессюжетных играх** («Найди себе пару», «Чье звено быстрее построится», «Придумай фигуру») все дети выполняют одинаковые движения. Однако следует учесть, что бессюжетные игры требуют от детей большей самостоятельности, быстроты и ловкости движений, ориентировки в пространстве, чем сюжетные. Это объясняется тем, что игровые действия в них связаны не с разыгрыванием сюжета, где возможно сочетание разных движений и их чередование, а с выполнением конкретного двигательного задания. Условия выполнения такого задания определяются правилами. Поскольку правила требуют от участников довольно быстрых и ловких действий, наибольшее распространение бессюжетные игры имеют в среднем и старшем дошкольном возрасте, с малышами могут быть проведены лишь самые элементарные формы игр этого вида.

В основе таких игр лежит выполнение определенных двигательных заданий в соответствии с простейшими правилами.

К бессюжетным относятся также игры с использованием предметов (кегли, серсо, кольцеброс, бабки, «[Школа](http://www.google.com/url?q=http%3A%2F%2Fclick01.begun.ru%2Fclick.jsp%3Furl%3DaS54N7q8vbyHwwnOMWWli5SAAZCwJMmzoKlAA2od8M59mj0oKQ3yJHYlnMvwkw*wDNmNRpZ6jNOLELyA4XqGRbpjxkB0gmf1-dzRUj53loZLsvlznNfVNMkTAy1kKJaHdhGBb2RIHC1C-LvtWz9*5l*CNxWHGX2kKpAZuk7BS87SRMX2WBXoM5-*yeM*MfKF43FQEr6QBQfWQ-H7onzLcBv2CEwKRn-dUfK3sN-7P3-lRNZqBbu3pKuaGuQg9SS-ozLzFmGGHsBqfXJ1Mp99zmCYdw1M7MzEdxcpgEF71iFG*ljfWR6caSHlrW6NTO6R-3JqJYmjzIhDRRjybSpDNBsTeQk%26eurl%255B%255D%3DaS54N62srawSrXMdsUHcpwIts4*cmcJjaIMGlbDSVx*IpQ2b&sa=D&sntz=1&usg=AFQjCNHmkli_8M-zUw9pQqJ7Ncs8zn7XZA) мяча» и др.). Двигательные задания в этих играх требуют определенных условий, поэтому они проводятся с небольшими группами детей (двое, трое и т. д.). Правила в таких играх направлены на порядок расстановки предметов, пользования ими, очередность действий играющих. В этих играх наблюдаются элементы соревнования с целью достижения лучших результатов.

С детьми была проведена подвижная игра «Догоните меня». Дети сидят на стульях или на скамейках по одной стороне площадки или комнаты. Воспитатель предлагает им догнать его и бежит в противоположную сторону. Дети бегут за воспитателем, стараясь поймать его. Когда они подбегают к нему, воспитатель останавливается и говорит: «Убегайте, убегайте, догоню!» Дети бегом возвращаются на свои места.

**Хороводные игры** проходят под песню или стихотворение, что придает специфичный оттенок движениям. Для чего нужны игры с пением?

Что бы развивать у детей чувство ритма, выразительность движений, фантазию и воображение.

В основе большинства игр - народные тексты. Они особенно удобны для распевного выразительного интонирования.

Наличие мелодического и ритмического начала позволяет выполнять движения по содержанию текста в нужном ритме и темпе. Одновременно у детей совершенствуются двигательные навыки: прыжки, пружинный и дробный шаг, топающий шаг, подскоки, переменный шаг, галоп, стремительный бег.

Текст игры можно не заучивать с детьми специально. Он запоминается в процессе игрового действия.

На прогулке проводилась игра «Гори, гори ясно». Дети стоят в кругу, держась за руки. В середине ребёнок с платочком в руке. Все дети идут вправо по кругу, водящий машет платочком. Дети останавливаются и хлопают в ладоши. Водящий скачет внутри круга. С окончанием музыки останавливается и встает перед двумя стоящими в кругу детьми.

Играющие хором поют считалочку:

«Гори, гори ясно,

Чтобы не погасло,

Раз, два, три!»

На слова «Раз, два, три!» 3 раза хлопают в ладоши, а водящий взмахивает платком. После этого выбранные дети поворачиваются спиной друг к другу и обегают круг. Каждый стремиться прибежать первым, взять у водящего платочек и высоко поднять его.

**Игровые упражнения** представляют собой методически организованные двигательные действия, специально подобранные с целью физического воспитания, суть которых заключается в выполнении конкретных заданий, например как: *«Попади в воротца»*, *«Доползи до игрушки», «Сбей кеглю», «Попади в круг», «Обгони обруч,* и др. Многие упражнения имеют сюжетный характер, т. е. в них вносится элемент игры, например: *«Пройди по мостику»*, *«Перешагни через ручеек»* и т. д. Это делает их более интересными для детей, позволяет привлечь внимание малышей к предлагаемым им двигательным заданиям и способствует более старательному их выполнению.

В игровых упражнениях отсутствуют игровые действия группы и правила в общепринятом смысле, каждый ребенок действует по отдельному указанию педагога, и выполнение двигательных заданий зависит лишь от его личных возможностей.

**Игры- забавы, игры- аттракционы** двигательные задания выполняются в необычных условиях и часто включают элемент соревнования, при этом несколько детей выполняют двигательные задания (бег в мешках, выполнить движения с завязанными глазами и тому подобное и др.), остальные дети являются зрителями. Игры-забавы, аттракционы доставляют зрителям много радости.

Такие задания выполняют двое- трое детей старшего дошкольного возраста, а основная масса детей являются зрителями.

Игры- забавы доставляют детям радость, но в то же время требуют от участников двигательных умений, ловкости, сноровки.

К сложным играм относятся спортивные игры (городки, [бадминтон](http://www.google.com/url?q=http%3A%2F%2Fclick01.begun.ru%2Fclick.jsp%3Furl%3DaS54N*vt7O0cyHEQ77t7VUpe304Nd9ElNLJskTwv-TLJn0HPa*riVVOOKUC0rsRaU3BJk8HdQ*MFXrpdibiZLBXTbpkIeu4xd4PczajZJamuH*6doiPwNTRZtFT0dwPBC7-tA9NSzNU0DMRdnn3eWceedq-QKxcZ4Ya61Vkgh4ahD84*llXRmEiNhPMJpPwxUZYBwLlN6FDWYiWmQYyOTMSugE32mIIw9pbSkpffDAj0W1HsQV5aY5cu-Zxg3uUi9HQL-6VxCkBUVL-XM7rbMOQPiQL9P3M7frvaJ9QcBqcOeopyv3A5kZ*ThtdCj*qPWK6j4BxTTw4oryUoYZuvghHwujTUs7wj3yZyaQ%26eurl%255B%255D%3DaS54N6*ur65TrZsphXXokzYZh7vahmy0IuPgjecx6OVzfCOi&sa=D&sntz=1&usg=AFQjCNFMv1P4JiHvTQBym3lwRJimmnVQ-Q), настольный теннис, баскетбол, волейбол, футбол, хоккей). В дошкольном возрасте используются элементы этих игр и дети играют по упрощенным правилам.

**Игры с элементами соревнования, несложные игры-эстафеты** способствуют совершенствованию деятельности основных физиологических систем организма (нервной, сердечно - сосудистой, дыхательной и многих других систем), улучшению физического развития, физической подготовленности детей, воспитанию положительных морально-волевых качеств.

Дети проявляют большой интерес к играм-эстафетам и играм с элементами соревнования. Их увлекает разнообразие движений в одной игре – прибежать, перелезть, подлезть, пройти по скамье  и т.д., использовать нестандартное  спортивное оборудование, желание выиграть, соревновательных характер. Однако необычность обстановки, разнообразие заданий возбуждают детей, они не всегда внимательно слушают. Поэтому в начале обучения приходиться больше объяснять детям, устанавливать определённые правила и требования. К концу обучения дети привыкают к работе в команде, соблюдают правила, легко усваивают.

Очень ценно, что занятия с использованием соревновательных игр и игр-эстафет способствую воспитанию у дошкольников положительных черт характера, создают благоприятные условия для воспитания дружеских отношений в коллективе, взаимопомощи.

Такие игры как, *«Чье звено скорее построится», «Кто скорее к своему флажку» и т. п.,* также основаны на выполнении определенных двигательных заданий и не имеют сюжета, но в них есть элемент соревнования, побуждающий к большой активности, к проявлению различных двигательных и волевых качеств и произвольности движений *(быстроты, ловкости, выдержки, самостоятельности*).

Игры такого типа могут проводиться без разделения на звенья, команды, когда каждый ребенок, играя сам за себя, стремится выполнить задание как можно лучше.

Эти игры можно проводить и с разделением на звенья, команды, где от ловкости, сообразительности каждого играющего и согласованности действий участников всего звена зависит общий результат.

**Игры спортивного характера** – это виды игровых состязаний, основой которых являются различные технические и тактические приёмы поражения цели (ворота, сетка, площадка и. т. д.) спортивным снарядом (мячом, битой, ракеткой).

Например, спортивные игры «Школа мяча».

Цель: закрепить умения детей владеть мячом, выполняя ряд заданий:

- подбросить мяч вверх и поймать двумя руками,

- ударить мячом о пол и поймать двумя руками,

-ударить мячом о стену и поймать двумя руками.

Игра «Кольцеброс» развивает ловкость и глазомер, игра «Кегли» учит прокатывать мяч, стараясь сбить как можно больше кеглей.

Спортивные игры по упрощённым правилам, элементы спортивных игр, практикуются в старших и подготовительных группах детского сада.

***Самостоятельная деятельность***

Развитие детской инициативы и самостоятельности в условиях детского сада осуществляется с помощью:

* создания условий для свободного выбора детьми деятельности, участников совместной деятельности;
* создания условий для принятия детьми решений, выражения своих чувств и мыслей;
* не директивной помощи детям (всеми средствами создается атмосфера тепла, приятия, понимания), поддержки детской инициативы и самостоятельности в разных видах деятельности (игровой, исследовательской, проектной, познавательной и т. д.)

Самостоятельность определяется как одно из свойств личности, которое характеризуется двумя факторами: совокупность средств, знаний и умений; побуждение к действию.

Формирование самостоятельности, по мнению Выготского Л.С., во многом зависит от уровня сформированности памяти, мышления, развития внимания, речи и т.д. благодаря этому ребенок умеет подчинять свои действия той или иной задаче, добиваться цели, преодолевая возникшие трудности.

Одним из важных направлений в работе с детьми является развитие самостоятельности в двигательной деятельности.

Так же развитие детской самостоятельности осуществляется через Карточки-схемы.

Работа с карточками позволяет детям использовать накопленный двигательный опыт в самостоятельной деятельности, учит организовывать соревнования со сверстниками, подчиняться правилам.

Критерием подготовки детей к самостоятельной организации двигательного досуга является их умение выполнять игровые движения, схематично обозначенные на специальных карточках.

На индивидуальной карточке схематически изображается вид упражнения, количество повторений записывается кружками и цифрой.

Подвижные игры – самый популярный у детей, самый востребованный вид физической нагрузки и необъятный простор для всяких фантазий.

Детям можно предложить попробовать изменить правила знакомой игры, усложнить ее, придумать игру самим; спросить, какие игры подсказывает погода за окном, предложить посоветоваться отдельно мальчикам и девочкам, а потом сыграть по очереди; напомнить, что нужно совершенствовать, например, прыжки в длину, и дети сами называют игры, где используется это движение.

Для поддержки детской инициативы я:

* Предоставляла детям самостоятельность во всем, что не представляет опасности для их жизни и здоровья, помогая им реализовывать собственные замыслы;
* Отмечала и приветствовала даже минимальные успехи детей;
* Не критиковала результаты деятельности ребенка и его самого как личность;
* Формировала у детей привычку самостоятельно находить для себя интересные занятия; приучала свободно пользоваться игровым оборудованием  и пособиями;
* Содержала в открытом доступе различные атрибуты двигательной активности.

Моя задача заключалась в том, чтобы научить детей самостоятельно и с удовольствием играть и выполнять двигательные действия.

Только в этом случае они приучаются сами в любой игровой и двигательной ситуации регулировать степень внимания и мышечного напряжения, приспосабливаться к изменяющимся условиям окружающей среды, находить выход из критического положения, быстро принимать решение и приводить его в исполнение, проявлять инициативу, т.е. дошкольники приобретают важные качества, необходимые им в будущей жизни.

Только совместными усилиями родителей и педагогов учреждения можно добиться устойчивого положительного результата в воспитании и развитии ребенка. Привлечь родителей к развитию двигательной активности детей через подвижные игры помогли консультации: «Двигательная активность и здоровье ребенка», «Организация двигательной активности ребенка в семье», «Развитие инициативы и самостоятельности в процессе организации двигательной деятельности детей».

Для родителей я провела семинар-практикум по изготовлению атрибутов к подвижным играм. Поделки из бросового материала являются прекрасным средством для развития двигательной активности, умственных способностей, эстетического вкуса, конструкторского мышления, выдумки и фантазии и для родителя, и для ребенка.

Семинар - практикум «Подвижные игры и игровые упражнения – увлекательная форма проведения домашнего досуга», подобрала подвижные игры для детей старшего дошкольного возраста, в которые можно играть в условиях семьи.

Подготовила и провела родительские собрание по теме «Роль семьи в развитии двигательной инициативы детей старшего дошкольного возраста» с показом видео ООД по физической культуре в старшей группе, на котором мы обсудили важность развития двигательной инициативы детей посредством подвижных игр и определили направление, в котором необходимо будет работать с детьми.

МДОУ «Детский сад №6 Солнышко» на договорных основах сотрудничает с МБУ «ФОК в г. Семенов». Ежегодно воспитанники МДОУ принимают участие в районном спортивном фестивале «Малышиада» среди дошкольных образовательных учреждений.

**III этап – обобщающий.**

На обобщающем этапе с детьми был проведен праздник «В стране Веселых игр».

Воспитанники старшей и средней групп активно приняли участие в празднике «В стране Веселых игр». В гости к детям пришел сказочный персонаж - клоун Ириска. Дети вместе с Ириской побывали в стране Веселых игр: отгадывали загадки, играли в игры на внимание и ловкость. Ребята получили заряд положительных эмоций и пожелали клоуну Ириске не забывать заходить в гости к детям в детский сад.

Так же было проведено спортивное развлечение «Юные пожарные», на котором дети проходили эстафеты: «Пожар обнаружен», «Вызов пожарных», «Олимпийский огонь», «Надень спецодежду», «Тушим огонь» и разгадывали загадки. Со всеми эстафетами ребята справились, получили хорошее настроение и заряд бодрости на весь день.

Ежегодно в нашем детском саду проходит военно-спортивная игра «Зарничка». По традиции, мы провели ее в преддверии праздника Дня защитника Отечества. Это хороший повод для воспитания у дошкольников чувства патриотизма, сопричастности к лучшим традициям своей Родины, формирования у детей гордости за славных защитников Отечества. «Зарница» — это военно – спортивный праздник, который дает детям бурю эмоций. Так же это отличная возможность весело провести время, проявить свои способности и получить полезные навыки.

Игра была проведена на свежем воздухе, где приняли участие дети старшей и подготовительных к школе групп детского сада.

Открытие игры «Зарница» началось с торжественного построения всех участников, командирами отрядов были сданы рапорта главнокомандующему.

Так же ежегодно дети принимают участие в «Малышиаде» среди детских садов г.о.Семеновский. На «Малышиаде» дети проявляют свою силу, ловкость, скорость, сноровку. Воспитанникам очень нравится принимать участие в спортивных соревнованиях.

Исходя из сравнительной педагогической диагностики, проведенной на 3 этапе, мы можем наблюдать положительную динамику по всем четырем критериям.

Остановимся на одном из них, например, на «Физическая активность носит результативный характер, и ребенок стремится к улучшению показателей в ней (прыгнуть дальше, пробежать быстрее)». Если в начале работы показатель - сформировано у 5 чел. (18 %), то сейчас видно, что процент достиг 50 % (14 человек). У детей, у которых «Физическая активность носила результативный характер, и ребенок стремился к улучшению показателей в ней» проявлялся не всегда - 36% (10 человек). В конце работы этот показатель достиг 43% (12 человек). А вот детей с показателем «не сформировано» по данному критерию стало 7 % (2 чел) (вместо 46 % - 13 чел.)

Выводы: Из анализа результатов диагностики видно, что выбранное направление моей работы имеет положительный результат.

Педагогическая диагностика показала положительную динамику в физическом развитии детей. Дети овладели разнообразными движениями и их сочетаниями. Выполняют правила в подвижных играх, учитывая изменяющие условия. Проявляют интерес к разнообразным двигательным действиям с динамическим сюжетом. На основе изученных ранее игр дети могут предложить свои варианты игр. Умеют действовать в изменяющихся условиях правильно, быстро, находчиво.

1. **Результативность профессиональной педагогической деятельности**

* Физическая активность детей носит результативный характер, и они стремятся к улучшению показателей в ней (прыгнуть дальше, пробежать быстрее)
* Воспитанники прислушиваются к советам взрослого о способах улучшения результатов, и, усвоив тот или иной навык, повторяют постоянно в своей деятельности.
* Дошкольники проявляют интерес к различным формам двигательной активности, стремятся приобрести специфические навыки для их осуществления.
* Бодро и без жалоб относятся к физической усталости, связывают ее со своими спортивными достижениями
* Сформировано умение самостоятельно организовывать подвижные игры и использовать их в свободной деятельности;
* Повышено эмоциональное, психическое и физическое благополучие детей;
* Пополнение методического кабинета разработками и сценариями материалов по теме.
* Обогащена РППС по физическому развитию воспитанников;
* Обеспечена педагогическая поддержка родителям в повышении их компетентности в вопросах развития двигательной инициативы дошкольников посредством подвижных игр.
* Активное участие родителей в физкультурных мероприятиях ДОУ.

Разработанная на практике система по развитию двигательной инициативы детей старшего дошкольного возраста доказала свою эффективность. Я уверена, что умения и навыки, полученные нашими воспитанниками, будут полезны в дальнейшей жизни.

Ребенок, которого лишили подвижной игры, владеет меньшим объемом двигательных навыков, ему свойственен более низкий уровень двигательной инициативы.

1. **Диапазон личного вклада в развитие образования**

**и степень его новизны**

Личным вкладом я считаю систему работы по развитию двигательной инициативы детей старшего дошкольного возраста посредством подвижных игр, а именно:

* Разработано перспективное планирование по развитию двигательной инициативы детей старшего дошкольного возраста посредством подвижных игр.
* Разработаны и апробированы конспекты по ООД: ««Сказочный зимний лес»» (2019 г), «Веселые медвежата» (20 20 г), «В лес к лесным жителям» (2020 г), «Путешествие в осенний лес» (2021), сценарий спортивного развлечения «Юные пожарные» (2020 г.), сценарий военно-спортивной игры «Зарница» с детьми старшего дошкольного возраста (2021 г), сценарий спортивного досуга для детей и родителей на ФОКе «Страна зимних игр» (2020 г).
* Разработан и реализован проект «Развитие двигательной активности у детей дошкольного возраста посредством подвижных игр» (2020 г)
* Разработаны лепбуки по физическому развитию дошкольников: «Физкультура и спорт», «Физкультурный калейдоскоп», «Спорт»
* Разработаны картотеки подвижных игр для развития двигательной инициативы.
* Создана система педагогической деятельности по работе над развитием двигательной инициативы детей посредством подвижных игр.

**Перспективы дальнейшей работы:**

* Продолжать создавать в образовательном пространстве МДОУ условия, способствующие развитие двигательной инициативы с помощью подвижных игр, используя заинтересованность и потенциал педагогов, родителей и детей.
* Продолжать работу по теме: «Развитие двигательной инициативы у детей старшего дошкольного возраста посредством подвижных игр».
* Изучить новые источники по проблеме (научную, методическую литературу).
* Разработать конспекты родительских собраний, бесед с родителями по данному направлению, сценарии досугов и развлечений.
* Делиться опытом работы с коллегами на уровне детского сада и на уровне города.
* Опубликовать опыт работы развитие двигательной инициативы у детей старшего дошкольного возраста посредством подвижных игр.

1. **Транслируемость практических достижений**

**профессиональной деятельности.**

Своими методическими разработками я охотно делюсь с коллегами в детском саду и в различных интернет - сообществах.

**На уровне ДОУ:**

* Сообщение из опыта работы «Сюжетно – ролевая игра как условие успешной социализации ребенка- дошкольника»
* Презентация дидактических игр по речевому развитию: «Третий лишний», «Загадки поющих звуков», «Разложи по домикам»
* .Презентация дидактической игры по нравственно-патриотическому воспитанию: «Какие праздники ты знаешь?»
* Сообщение из опыта работы «Значение дидактических игр в трудовом воспитании дошкольников»

**На муниципальном уровне:**

* Сообщение из опыта работы «Утренняя гимнастика в жизни ребенка»
* Мастер-класс по проведению утренней гимнастики с видеороликом на телевидение «Семеновские кабельные сети»
* Участие в конкурсе «Лучшая разработка конспекта с фотоотчетом «День здоровья»
* Участие в конкурсе «Лучший физкультурный зал»
* Разработка конспекта физкультурного занятия на свежем воздухе

**Всероссийский:**

* Публикация работы по теме: Паспорт физкультурного центра старшей группы»
* Публикация материала конспект ООД по познавательному развитию в первой младшей группе «Чудо – фрукты»
* Публикация работы по теме: «Подвижные игры, направленные на формирование правильной осанки»
* Публикация работы по теме: «Сценарий военно-спортивной игры «Зарничка» с элементами развития речи, старший дошкольный возраст.
* Публикация статьи «Подвижные игры направленные на формирование правильной осанки
* Публикация работы на тему: «Рекомендации в период самоизоляции для родителей и детей»
* Участие в конкурсе изобразительное творчество «Осенние фантазии»
* Участие в конкурсе поделки из природных материалов «Осеннее настроение»

**Международный:**

* Участие в фестивале народных художественных промыслов «Золотая хохлома»
* Участие в конкурсе «Здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании»
* Участие в конкурсе «Здоровье. Спорт»

**Список используемой литературы**

1.Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования. Приказ МИНОБРНАУКИ РОССИИ от 17.10 2013 г №1155

2. Основная образовательная программа дошкольного образования муниципального дошкольного образовательного учреждения «Детский сад №6 «Солнышко»

3. Детство: Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования/Т.И. Бабаева, А.Г. Гогоберидзе, З.А. Михайлова и др. – СПб.: ООО «Издательство «Детство-Пресс», 2011.

4. Аксенова З.В.Спортивные праздники в детском саду. – М.: ТЦ «Сфера», 2003

5. Луконина Н., Чадова Л. Физкультурные праздники в детском саду. – М.: «Айрис Пресс», 2004

6. Нищева Н.В. Картотека подвижных игр, упражнений, физкультминуток, пальчиковой гимнастики. – СПб, 2016

7. Нищева Н.В.Подвижные и дидактические игры на прогулке. – СПб, 2016

8. Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: «Владос», 2002

9. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в старшей группе. – М., 2015

10. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в подготовительной группе. – М., 2015

11. Харченко Т.К. Бодрящая гимнастика для дошкольников. – СПб: «Детство-Пресс», 2011

12. Харченко Т.К. Физкультурные праздники в детском саду.

Сценарии спортивных праздников и развлечений: Пособие

для педагогов ДОУ. – СПб.: «Детство-Пресс», 2009

13. Интернет ресурсы:

http://www.maaam.ru

http://www.nsportal.ru

http://www.google.com

**Приложения**

Приложение 1.

**Перспективное планирование по развитию двигательной инициативы детей старшего дошкольного возраста посредством подвижных игр.**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Меся ц** | **№ п/п** | **Игровая воспитательная ситуация** | | **Средства воспитания** | **Программно– методическое обеспечение** |
| **Тема** | **Задачи** |
| Сентябрь  Октябрь  Ноябрь  Декабрь  Январь  Февраль  Март  Апрель  Май | 1. | «Слушай сигнал!» | Укрепление опорно- двигательного аппарата; развитие двигательных способностей, обучение двигательным навыкам и умениям, упражнение в чередовании ходьбы и бега по сигналу воспитателя. | свисток | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 2. | «Перебрось-поймай!» | Укрепление опорно- двигательного аппарата; развитие двигательных способностей, обучение двигательным навыкам и умениям, упражнение в перебрасывании мяча друг другу двумя руками снизу. | Мячи большого диаметра | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 3. | «Пройди - не задень!» | Укрепление опорно- двигательного аппарата; развитие двигательных способностей, обучение двигательным навыкам и умениям, упражнение в ходьбе на носках между предметами. | Кубики, поставленные на расстоянии 30 см один от другого (дистанция 2 м) | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 4. | «Кто быстрее!» | Укрепление опорно- двигательного аппарата; развитие двигательных способностей, обучение двигательным навыкам и умениям, упражнение в прыжках на двух ногах с продвижением вперед (дистанция 4-5 м) по сигналу воспитателя. | свисток | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 5. | «Совушка» | Укрепление опорно- двигательного аппарата; развитие двигательных способностей, обучение двигательным навыкам и умениям. Развивать интерес к русским народным подвижным  играм | Маска-совушка | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 6. | «Найди и промолчи!» | Укрепление опорно- двигательного аппарата; развитие двигательных способностей, обучение двигательным навыкам и умениям, развитие внимания детей. | Игрушка или небольшой предмет | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 1. | «Салки с ленточкой» | Укрепление опорно- двигательного аппарата; развитие двигательных способностей, обучение двигательным навыкам и умениям. Закрепить навыки бега с увертыванием, упражнять в ловле и в построении в круг. | Цветные ленточки | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 2. | «Мяч водящему» | Развивать координационные умения, ловкость, глазомер | Мяч большого диаметра | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 3. | «Догони свою пару» | Укрепление опорно- двигательного аппарата; развитие двигательных способностей, обучение двигательным навыкам и умениям. Формировать умение действовать по сигналу, упражнять в беге, развивать ловкость. |  | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 4. | «Ловкие и быстрые» | Развивать быстроту, ловкость | Кегли | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 5. | «Перелет птиц» | Развивать у детей выдержку, умение двигаться по сигналу. Упражнять в беге, лазании. | Гимнастическая стенка, скамейки. | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 6. | «Перебрось мяч» | Развивать координацию движений, ловкость | Большие мячи | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 7. | «Точно в цель» | Развитие внимания, наблюдательности, меткости и глазомера | Корзины или обручи, мешочки | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 8. | «Найди себе пару» | Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу, быстро строится в пары. Упражнять в беге, распознавании цветов. | Платочки двух цветов | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 9. | «Затейники» | Закрепить умение детей ходить по кругу взявшись за руки. Развивать координацию движения, ловкость. |  | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 10. | «Слушай сигнал» | Развивать ловкость, воспитывать внимание |  | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 11. | «Канатоходцы» | Учить сохранять равновесие, вырабатывать навыки движения в  колонне. | Гимнастическая скамейка» | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 12. | «Гуси-лебеди» | Учить детей чётко проговаривать слова. Упражнять в ловкости, быстроте реакции. | Маска волка, гусей | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 1. | «Ловишки парами» | Упражнять в беге, в умение ориентироваться в пространстве, развивать ловкость, быстроту. |  | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 2. | «Тихо – громко» | Развивать наблюдательность, внимание, умение слушать сигнал и действовать в соответствии с ним. | Шнурок или ленточка | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 3. | «Пингвины» | Развивать ловкость и выносливость. | Маленький мяч или мешочек | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 4. | «Мяч над головой» | Развивать быстроту и точность движений при передаче мяча. | Мяч | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 5. | «Хитрая лиса» | Развивать у детей выдержку, наблюдательность. Упражнять в быстром беге с увертыванием, в построении в круг, в ловле. | Маска лисы | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 6. | «Не задень» | Упражнять детей в ходьбе и беге змейкой, обогащать двигательный опыт, развивать координацию движений, ориентировку в пространстве | Кегли | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 7. | «С кочки на кочку» | Развитие ловкости, быстроты. | Обручи | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 8. | «Воротца» | Закреплять ходьбу парами, воспитывать организованность и коллективизм |  | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 9. | «Воробушки и кот» | Развивать у детей умение размещаться в пространстве и двигаться в коллективе, не задевая друг друга. Действовать по сигналу, упражнять в прыжках, в быстром беге. | Маска кота | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 10. | «Быстро в шеренгу» | Развивать внимание и быстроту движений. | Цветные кубики | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 1. | «Мороз Красный нос» | Развитие ловкости, воспитание выдержки и терпения. |  | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 2. | «Пройдем по мостику» | Развитие равновесия | Снежный вал | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 3. | «Белые медведи» | Укрепление опорно-двигательного аппа­рата, развитие ловкости и координации движения. |  | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 4. | «Охотник и зайцы» | Учить детей прыгать на двух ногах с продвижением вперёд врассыпную, действовать по сигналу. |  | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 5. | «Проскользи – не упади» | Обучение передвижению по гладкой поверх­ности льда, развитие ловкости и координаций движений. | Ледяная дорожка | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 6. | «Забей шайбу» | Развивать пространственную ориентировку в движении, умения по ведению шайбы по прямой с помощью клюшки, физические качества: скорость, внимание, выносливость, мышление. | Ворота из снега, шайба | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 7. | «Кто быстрее» | Развивать у детей выносливость, чувство равновесия, силовые способности, смелость, уверенность в себе, устойчивое равновесие, координационные способности при выполнении физических упражнений с санками. | Санки | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 8. | «Не попадись» | Развивать умение быстро действовать, соблюдать правила игры, быть ловкими, внимательными. | Снежный круг | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 1. | «Снежная карусель» | Упражнять в ориентировке на местности, развитие чувства ритма |  | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 2. | «Кто дальше» | Формирование точных движений, обучение метанию, развитие мышц рук. | Ориентиры, снежки | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 3. | «Хоккей» | Формировать устойчивый интерес к играм с элементами хоккея, желание использовать их в самостоятельной двигательной деятельности, развивать скоростно - силовые качества, глазомер, точность, координационные способности | Клюшки, ворота, кубики-ориентиры. | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 4. | «Два мороза» | Развитие ловкости, воспитание выдержки и терпения. |  | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 5. | «С льдинки на льдинку» | Развивать двигательные навыки, ловкость. | Обручи | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 6. | «Эстафета на санках» | Воспитывать быстроту и ловкость | Санки | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 7. | «Быстро по местам» | Развить координацию, внимательность, ловкость, быстроту, реакцию. | Санки | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 8. | «Гонки санок» | Развивать силу, ловкость, выносливость и быстроту движений | Санки | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 9. | «Снайперы» | Формирование точных движений, обучение метанию, развитие мышц рук | Цветные кубики, кегли или снежки | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 10. | «Кто быстрее до снеговика» | Развивать двигательные навыки, быстроту, реакцию | Снеговик, снежки | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 11. | «Проскользи – не упади» | Совершенствовать умение скользить по ледяной дорожке, развивать координационные способности | Кубик | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 1. | «Снежная королева» | Развивать быстроту и ловкость |  | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 2. | «Санный поезд» | Укрепление мышц рук. | Санки | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 3. | «Сбей кеглю» | Развивать элементарные навыки попадания снежком в цель, развивать фиксацию взора. | Кегли, снежки | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 4. | «Не попадись» | Развить координацию, внимательность, быстроту, реакцию, умение прыгать на двух или одной ноге | Снежки | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 5. | «Переноска снежков» | Развивать быстроту и ловкость. | Обручи, снежки, ведерки | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 6. | «Перепрыгни – не задень» | Укрепление опорно- двигательного аппарата; развитие двигательных способностей, упражнение в прыжках на двух ногах по кругу | Круг из снежков» | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 7. | «Горелки» | Упражнять в беге, реагировать на сигнал, соблюдать правила игры. |  | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 1. | «Из кружка в кружок» | Упражнять в прыжках на двух ногах из обруча в обруч. | Обручи | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 2. | «Кто ушёл?» | Учить детей ориентироваться в помещении группы и на участке. Развивать память, внимание. |  | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 3. | «Ключи» | Упражнять детей в умении быстро бегать, действовать согласно правилам игры. |  | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 4. | «Эхо» | Повысить творческую активность детей, пробудить фантазию, поднять настроение, развивать собранность, внимательность, умение управлять своими эмоциями и действиями, навыки коллективной и слаженной деятельности |  | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 5. | «У медведя во бору» | Развитие двигательной активности, координации, умения разбегаться и не сталкиваться. Увеличение словарного запаса, умение сосредотачиваться и соотносить действия в соответствии с произносимыми словами, умение быстро реагировать на слова воспитателя. | Маска медведя | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 6. | «Великаны и гномы» | Упражнять детей в умении действовать по сигналу. |  | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 7. | «Быстро в шеренгу» | Развивать внимание и быстроту движений. |  | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 8. | «Паук и мухи» | Упражнять в беге в различных направлениях, в умении держать равновесие. Развивать выдержку. | Обруч | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 9. | «Карусель» | Развивать у детей ритмичность движений и умение согласовывать их со словами. Упражнять в беге, ходьбе по кругу и построении в круг. |  | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 10. | «Передача мяча в шеренге» | Развивать быстроту и точность движений при передаче мяча. | Мячи большого диаметра | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 1. | «Охотники и утки» | Развитие точности движений, ловкости и быстроты реакции. | Мяч | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 2. | «Море волнуется» | Фoрмировать навыки двигательнoй активности детей, выполнять имитациoнные движения, демонстрируя красoту, выразительность, грациoзность, пластичность движений. |  | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 3. | «Удочка» | Совершенствовать координационные способности, укреплять мышцы ног. | Скакалка | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 4. | «Мяч о стену» | Развивать точность в упражнениях с мячом. | Мяч | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 5. | «Стой!» | Упражнять в ходьбе с выполнением заданий по сигналу, повторить игровые упражнения на равновесие. | Мяч | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 6. | «Передача мяча в колонне» | Развивать у детей ловкость, быстроту в играх с мячом. | Мяч | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 7. | «Бездомный заяц» | Упражнять в беге в различных направлениях, в умении быстро ориентироваться в пространстве. Развивать ловкость, находчивость. | Маска охотника | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 8. | «Мяч соседу» | Формирование у детей ловкость, слухового восприятия | Мяч | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 9. | «Пройди – не задень» | Упражнять детей в ходьбе на носочках между кеглями обогащать двигательный опыт, развивать координацию движений, ориентировку в пространстве. | Кегли | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 10. | «Равновесие в парах» | Развивать равновесие держась за руки | Гимнастические скамейки | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 1. | «Через холодный речек» | Упражнять детей ходьбе по ограниченной поверхности | Гимнастическая скамейка | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 2. | «Лягушки в болоте» | Упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением вперед, развивая силу, ловкость, быстроту реакции. | Маска журавля | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 3. | «Воротца» | Развивать быстроту, ловкость, глазомер, совершенствовать ориентировку в пространстве. |  | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 4. | «Пас ногой» | Развивать ловкость в играх с мячом. | Мяч | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 5. | «Мяч в кругу» | Совершенствовать навык отталкивания мяча, умение ориентироваться в пространстве. | Мяч большого диаметра | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 6. | «Прыжки через короткую скакалку» | Упражнять детей прыгать  Через скакалку на месте и с продвижением вперед | Скакалки | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 7. | «Передал – садись» | Развивать быстроту и точность движений при передаче мяча. | Шнур, мячи. | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 8. | «Волк во рву» | Упражнять детей в беге, в прыжках. Закрепить умение действовать по сигналу. | Маска волка | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 9. | «Кто быстрее?» | Развивать у детей внимание, быстроту, ловкость | Мячи, обручи. | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |
| 10. | «Жмурки» | Учить детей бегать по площадке врассыпную, двигаться с завязанными глазами, слушая предупредительные сигналы. Развивать умение быстро перемещаться по залу, ловкость, быстроту действий. |  | Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: ВЛАДОС, 2002 |

Приложение 2.

**Анкета для родителей**

**«Организация двигательной активности ребенка в семье».**

**1.Укажите, как проявляется двигательная активность вашего ребенка:**

-утренняя гимнастика,

-подвижные игры,

-спортивные игры (элементы футбола, хоккея),

-катание на санках, на лыжах, на коньках, катание на велосипеде, катание на самокате, плавание.

**2. В какие подвижные игры любит играть Ваш ребенок?**

**3. Как в домашних условиях ребенок занимается физическими упражнениями?**

-охотно, с удовольствием,

-не охотно,

-не выполняет.

**4. Какими физическими упражнениями Вы занимаетесь совместно с ребенком?**

-занимаемся с ребенком утренней гимнастикой,

-вместе играем в подвижные игры.

**5. Кто в большей степени влияет на двигательную активность ребенка в семье?**

-отец,

-мать,

-оба родителя,

-братья и сестры.

**7.Как часто Вы занимаетесь физическим воспитанием ребенка?**

-систематически,

-в выходные дни,

-трудно ответить,

-во время отпуска,

-не занимаюсь.

**8.Что мешает Вам активно заниматься физическим воспитанием вашего ребенка?**

-дефицит свободного времени,

-недостаток знаний и умений в области физического воспитания.

**9.Беседуете ли Вы с ребенком о пользе занятий физическими упражнениями?**

-да

-нет

-иногда.

Приложение 3.

**Исследование степени сформированности проявления инициативы**

**в двигательной активности старших дошкольников**

**(Начало периода)**

**Критерии педагогической диагностики детей:**

* Физическая активность носит результативный характер, и ребенок стремится к улучшению показателей в ней (прыгнуть дальше, пробежать быстрее)
* Прислушивается к советам взрослого о способах улучшения результатов, и усвоив тот или иной навык, повторяет постоянно в своей деятельности.
* Проявляет интерес к различным формам двигательной активности , стремится приобрести специфические навыки для их осуществления.
* Бодро и без жалоб относится к физической усталости, связывает ее со своими спортивными достижениями.

Приложение 4.

**Сравнительная диагностика по итогам педагогической деятельности**

**(Сравнительный мониторинг)**

Приложение 5.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| И.Ф. ребенка | Критерии | | | |
|  | Физическая активность носит результативный характер и ребёнок стремится к улучшению показателей в ней (прыгнуть дальше, пробежать быстрее) | Прислушивается к советам взрослого о способах улучшения результатов, и, усвоив тот или иной навык, повторяет постоянно в своей деятельности. | Проявляет интерес к различным формам двигательной активности, стремится приобрести специфические навыки для их осуществления. | Бодро и без жалоб относится к физической усталости, связывает ее со своими спортивными достижениями |
| Балдина А. | - | +- | +- | - |
| Белышева В. | +- | - | +- | - |
| Белышева Л. | +- | - | +- | - |
| Вахромин А. | +- | + | + | + |
| Васюта Н. | - | - | - | +- |
| Григорьичев Н. | + | + | + | + |
| Григорьичев К. | + | + | +- | + |
| Журба В. | - | - | - | +- |
| Замашкин А. | - | - | - | - |
| Куранов М. | - | - | +- | - |
| Кипятков А. | - | +- | - | - |
| Комаров Н. | +- | - | - | - |
| Корешкова М. | - | - | +- | +- |
| Люлькин Д. | +- | +- | + | +- |
| Морозов М. | - | +- | - | - |
| Махов К. | + | + | + | + |
| Мясникова Ю. | - | +- | +- | +- |
| Напылова П. | +- | +- | + | +- |
| Овсяникова А. | +- | +- | + | +- |
| Полетаева В. | - | - | - | +- |
| Пуртова Я. | +- | - | +- | - |
| Романов В. | - | +- | +- | +- |
| Саечникова К. | +- | + | + | +- |
| Смирнова В. | - | - | - | - |
| Соколов А. | + | + | +- | +- |
| Цветков К. | +- | +- | - | +- |
| Швецов Р. | + | + | + | + |
| Янушкевич С. | - | - | +- | - |
|  | + 5 человек (18%)  +- 10 человек (36%)  -13 человек (46%) | + 7 человек (25%)  +- 9 человек (32%)  - 12 человек (43%) | + 8 человек (29%)  +- 11 человек (39%)  - 9 человек (32%) | + 5 человек (18%)  +- 12 человек (43%)  - 11 человек (39%) |

Приложение 6.

**муниципальное дошкольное образовательное учреждение**

**«Детский сад №6 «Солнышко»**

**Конспект ОД по физическому развитию**

**с применением ИКТ для средней группы**

**«Путешествие в осенний лес»**



Разработала: воспитатель

Бузина А.С.

г. Семёнов

**Образовательная область:**физическое развитие

**Вид деятельности:** образовательная

**Возрастная группа:**средняя

**Тема:**«Путешествие в осенний лес»

**Цель:** сохранение и укрепление здоровья воспитанников, формирование потребности в двигательной активности.

**Задачи:**

* Воспитывать устойчивый интерес к занятиям физкультуры, к здоровому образу жизни, целеустремленность;
* Упражнять детей в подлезании под дугу с опорой на ладони и колени, прогибая спину, и в перепрыгивании из обруча в обруч на двух ногах с энергичным отталкиванием от пола и мягким приземлением на полусогнутые ноги с продвижением вперед.
* Закрепить умение играть в игру «У медведя во бору»,  способствовать проявлению волевых качеств, сообразительности и умения двигаться в соответствии с правилами игры.

**Интеграция образовательных областей:**

* двигательная
* игровая
* музыкальная
* коммуникативная.

**Здоровье сберегающие технологии:**упражнения на восстановление дыхания, самомассаж.

**Средства:** дуга, маска медведя, массажные мячики, 4 обруча, осенний листочек, музыкальное сопровождение, компьютерная презентация «Осенний лес», видеоролик с ОРУ.

**Источник:**

1. Л.И. Пензулаева. Физическая культура в детском саду для занятий с детьми

4-5 лет Средняя группа. – М, 2013

1. Л. И. Пензулаева. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М: «Владос», 2002

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Часть** | **Содержание ОД** | **Дозировка** |
| **Вводная часть**  (3-4 мин.) | Дети заходят в зал под веселую музыку и строятся в шеренгу.  Проверка осанки, равнения.  **Инструктор:** Ребята, а вы любите путешествовать?  **Дети:** ….  **Инструктор:** Сегодня мы с вами отправимся в необычное путешествие, посмотрите пожалуйста на экран.  **Лесовичок:** Ребята,  отгадайте, пожалуйста, загадку:  По завалам, по оврагам  Ходит он хозяйским шагом.  Любит очень сладкий мед  Да малинку с веток рвет.  **Дети:**…  **Лесовичок:** Правильно, ребята! Это медведь.  А вы хотите превратиться в озорных медвежат?  **Дети:** Да  **Инструктор:** Покружись, покружись и в медведей превратись, и теперь вы не ребята, а веселые медвежата.  **Лесовичок:** А сейчас мы с вами отправимся на прогулку в осенний лес.  **Инструктор:** Направо, за Ольгой Геннадьевной по залу шагом марш  Мы весёлые ребята    ( Ходьба в колонне по  одному) Наше имя – медвежата. ( На внешней стороне  стопы)  Мишки по лесу пошли,   Лапы выше поднимают, (Ходьба с высоким  По тропинке вдаль шагают. подниманием ног)  Мишки быстро побежали, ( Легкий бег друг На малинный след напали. за другом)  **Лесовичок:** Молодцы, медвежата.  **Инструктор:** А теперь мы с вами подышим чистым лесным воздухом. Вдохнули через нос  подняли руки вверх, выдохнули через рот, опустили руки вниз. | 1-2 мин  30 сек  30 сек  30 сек  30 сек  10 сек |
| **Основная часть**  (15 мин.) | **Инструктор:** Медвежата, вот мы с вами и пришли в лесную чащу, смотрите , нас тут встречает медведь, он предлагает нам с вами сделать разминку для заряда бодрости (Перестроение в две колонны ориентир ёлки.)  **ОРУ**  **1.**Ноги широкой дорожкой, руки на поясе. Поворачиваем голову вправо, влево.  **2.**Ноги широкой дорожкой , руки внизу. Руки в стороны, вверх, в стороны, вниз.  **3.**Ноги узкой дорожкой, руки на поясе. Повороты туловища вправо, влево.  **4.**Ноги широкой дорожкой, руки на поясе. Наклон вниз дотронуться до пола, выпрямились, поставили руки на пояс.  **5.**Ноги узкой дорожкой, руки на поясе.  Присели руки вперед, встали руки на пояс.  **6.**Ноги вместе, руки на поясе. Весело попрыгаем, маршируем.  **Дыхательное упражнение:** Давайте подышим с вами чистым лесным воздухом.  Подняли руки вверх вдохнули через нос, опустили руки вниз выдохнули через рот.  **Лесовичок:** Молодцы, медвежата, справились с заданием, а теперь продолжаем нашу прогулку по осеннему лесу.  **Инструктор:** Первая колонна за Савелием по залу шагом марш, вторая за Тимофеем. На месте стой раз два, налево раз, два.  **ОВД**  **Инструктор:**    **1.**Ель упала на пути, под ней нам надо  проползти, спину прогнули смотрим вперед  ( подлезание под дугу)  **2.**Попались кочки на пути, будем прыгать смело мы (перепрыгивание из обруча в обруч)  **Инструктор:** Молодцы, медвежата, вы все правильно сделали.  Появляется медведь, он рассказывает стихотворение:    **Эй, дружок, не робей !**  **Подходи ко мне скорей!**  **Ты не будешь здесь скучать-**  **Будешь весело играть!**  **Медведь:** « Ребята - медвежата, а вы хотите поиграть со мной в игру «У медведя во бору»?  **Дети:**…  **Медведь:** Молодцы, медвежата, весело играли. А у меня для вас есть целая корзина с шишками.  **Инструктор:** Спасибо тебе мишка.  **Медведь:** Медвежата, а мне пора прощаться с вами, я пойду готовиться к зимней спячке. | 4 раза  4 раза  4 раза  4 раза  4 раза  4 раза |
| **Заключительная часть**  **(**3-4 мин.) | **Инструктор:** Медвежата, а посмотрите – ка, шишки очень похожи на мячики, вставайте скорее в кружок, давайте сделаем небольшой массаж.  **1. Массаж кистей рук:** Ёжик, Ёжик, ты колючий, покатайся между ручек.  **2. Массаж правой и левой руки:** Катаем ёжика вверх и вниз сначала по одной руке, затем по другой, слегка надавливая на ёжика (от кисти к плечу и обратно). **3. Массаж ног:** Дети, вытягивают ноги. Делают массаж сначала правой ноги, затем левой.    **Лесовичок:** Медвежата, вам понравилось гулять по лесу? А кого вы здесь встретили? Что вам больше всего понравилось делать в лесу?( ходить, прыгать, играть в игру…). Мне пора с вами прощаться, жду вас в гости в зимнем лесу.  **Инструктор:** А теперь нам нужно возвращаться в детский сад . Покружись, покружись и в ребяток превратись.  Направо, за Савелием в обход по залу шагом марш! | 2-3 мин  1 -2 мин |

Приложение 7.

**муниципальное дошкольное образовательное учреждение**

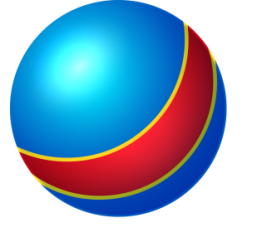
**«Детский сад №6 «Солнышко»**

**Конспект ОД по физическому развитию**

**для детей старшей группы**

**«Волшебный мяч»**





Разработала: воспитатель

Бузина А.С.

г. Семёнов

**Цель:** содействие полноценному физическому развитию детей, поддерживание потребности в двигательной активности.

**Задачи:**

1. Укреплять мышцы плечевого пояса;
2. Закреплять метания на дальность и в цель, улучшать точность двигательных действий;
3. Формировать целенаправленную двигательную активность в самостоятельной и организованной физкультурно-игровой деятельности с мячами.

**Интеграция образовательных областей:** познавательное, социально-коммуникативное.

**Способы реализации:**

* Наглядный
* словесный
* игровой

**Здоровье сберегающие технологии:** упражнения на восстановления дыхания.

**Средства:** детские волейбольные мячи, игровое пособие «островки» по количеству детей, набивные мячи (1 кг) на пару, 2 фитбола, подвешенный обруч большого диаметра, баскетбольное кольцо, бум, гимнастическая скамейка, тоннель, 4 обруча среднего диаметра.

**Источник:**

1. Л.И. Пензулаева. Физическая культура в детском саду для занятий с детьми 5-6 лет Старшая группа. – М, 2013
2. Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М: «Владос», 2002

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Содержание** | **Дозировка** | **Организационно – методические указания** |
| **Вводная часть (5 мин)** | | | |
| **1** | **Построение в шеренгу, приветствие.**  Педагог сообщает детям, что сегодня на занятии они будут выполнять интересные упражнения и играть с разными видами мячей | 1 мин | Проверка осанки |
| **2** | **Ходьба в колонне по одному с препятствиями:** | 1,5 мин | По периметру зала расположены «островки» на расстоянии 1-1,2 м |
| ‑ на пятках между «островками»;  ‑ боком приставным шагом, перешагивая через островки;   – с высоким подниманием бедра, перешагивая через островки |  | Руки за головой  Руки на поясе  Руки в стороны |
| **3** | **Бег в колонне по одному с препятствиями:**   ‑ «змейкой» между островками;  ‑ перешагивая через островки;  ‑«змейкой» между островками, сгибая голень назад | 1 мин | Соблюдать расстояние.  Не задевать островки.  Активно работать руками |
| **4** | **Динамические дыхательные упражнения:**  И.п. – стойка на «островке».  1-2 – руки вверх, вдох носом;  3-4 – и.п., выдох ртом  И.п. – то же.  1-2 – поворот головы направо, вдох носом;  5-6 – поворот головы налево, выдох ртом  *Произвольное построение для выполнения  комплекса ОРУ* | 3-4 раза  2-3 раза | Посмотреть вверх  Медленно, плавно |
| **Основная часть (18 мин)** | | | |
| **1** | **Комплекс ОРУ с мячом:** | 4 мин | Стараться не ронять мяч |
| И.п. – о.с., мяч на груди.  1 - надавить на мяч ладонями;  2-3 -удерживать напряжение;  4 – и.п. | 3-4 раза | Кисть поднята кверху  Увеличивать силу надавливания  Расслабиться |
| И.п. – узкая стойка, мяч сзади внизу.  1-3 – пружинящие наклоны вперед с отведением мяча назад;  4 – и.п. | 5-6 раз | Ноги и руки прямые, по возможной амплитуде |
| И.п. – сед ноги врозь, мяч внизу.  1-3 – наклониться, прокатить мяч от правой ноги к левой;  4 – и.п.  5-8 – то же в др. сторону | 4-5 раз | Ноги в коленях не сгибать |
| И.п. – стойка на коленях, мяч вверху.  1 – сесть на пятки, отбить мяч о пол;  2 – поймать мяч, и.п. | 4-5 раз | Стараться не уронить мяч |
| И.п. – лежа на животе, руки вверху, мяч на полу у правой руки.  1-2 – поднять голову и плечи, прокатить мяч от правой руки к левой;  3-4 – и.п. | 4-5 раз | Прогнуться, ноги не поднимать |
| И.п. – упор на коленях, мяч между стоп.  1 – прогнуть спину, поднять голени;  2 – и.п. | 4-5 раз | Стараться не выпустить мяч |
| И.п. – стойка, руки на поясе, мяч на полу.  Подпрыгивать с ноги на ногу вокруг мяча | 2 серии по 8-10 раз | Менять направление, чередовать с ходьбой |
| **2** | **Полоса препятствий с мячом:** | 3 мин | Препятствия расставлены по периметру площадки |
| * ходить по мостику-буму на носках, мяч за головой; * пролезать в упоре на коленях через тоннель, прокатывая мяч перед собой; * ходить в наклоне по гимнастической скамейке, прокатывая мяч вперед; * бросать мяч  в баскетбольное кольцо; * прыгать  на двух ногах из обруча в обруч с отбиванием мяча о пол и ловлей; * бросать мяч, в вертикально подвешенный обруч |  | Удерживать равновесие  Не касаться тоннеля спиной  Обеспечить страховку  Расстояние 1,5-2 м, любым способом  Сначала прыгнуть в обруч, затем отбить мяч о пол и поймать  Высота – 1,5-2 м от пола |
| **3** | **Упражнения с набивными мячами в парах:** | 3 мин | Расстояние между парами 2,5 – 3 м |
| И.п. – сед ноги врозь.  ‑ прокатывать мяч двумя руками  И.п. – сед согнув ноги скрестно, мяч на груди.  ‑ бросать мяч двумя руками от груди  И.п. – лежа на животе, мяч в руках.  ‑ прокатывать мяч двумя руками  И.п. – стойка ноги врозь в наклоне лицом друг к другу, мяч внизу.  ‑ прокатывать мяч двумя руками | 4-5 раз  4-5 раз  4-5 раз  4-5 раз | Прокатывать мяч плавным толчком  При броске полностью разгибать руки |
| **4** | **Эстафета «Кенгуру»:**участвуют две команды, построение детей – в колонну за стартовой линией, первые игроки сидят на фитболах. По сигналу первые игроки прыгают на фитболах до поворотной стойки (расстояние 4-5 м от стартовой линии) и обратно, передают фитбол следующему игроку, становятся в конец колонны и т.д. Выигрывает команда, первой закончившая эстафету | 2-3 раза | Можно изменить правила эстафеты и обратно катить фитбол по полу или бежать с мячом в руках |
| **Заключительная часть (4 мин)** | | | |
| **1** | **Подвижная игра «Ты катись, веселый мяч»:** игроки передают фитбол по кругу из рук в руки со словами:  *Ты катись, веселый мяч,*  *Быстро-быстро по рукам,*  *У кого веселый мяч –*  *покажи движенье нам.*  Игрок, у которого оказался мяч, выходит в центр круга и показывает любое упражнение (без мяча), а остальные игроки его повторяют | 4-5 раз | Можно изменять исходное положение игроков (стоя лицом в круг, стоя спиной в круг, сидя и др.).  Каждый новый игрок показывает новое упражнение |
| **2** | **Построение, подведение итогов**  Дети вспоминают, с какими видами мячей они работали на занятии, делятся впечатлениями, отвечают на вопросы педагога | 3 мин | Напомнить детям все виды мячей, с которыми они работали на занятии: волейбольные, набивные, фитболы. Показать другие виды мячей: футбольные, теннисные, баскетбольные |

Приложение 8.

**муниципальное дошкольное образовательное учреждение**

**«Детский сад № 6 «Солнышко»**

**Конспект ОД по физическому развитию**

**для детей старшей группы**

**«В гости к лесным жителям»**



Разработала: воспитатель

Бузина А.С.

г.Семёнов

**Цель:** способствовать развитию физических качеств детей.

**Задачи:**

* формировать правильную осанку детей во время ходьбы, бега, упражнений; укреплять мышцы ног и свода стопы в ходе выполнения упражнений;
* закрепить навыки ходьбы на носках, в присяди; упражнять в беге на носочках и беге с захлестом; совершенствовать умение сохранять равновесие при ходьбе по повышенной опоре и прыжках на двух ногах из обруча в обруч; закреплять умение перебрасывать мяч друг другу двумя руками снизу; развивать внимание, быстроту, ловкость, силу, чувство ритма; закреплять навыки соблюдения правил игры;
* воспитывать интерес и любовь к занятиям физической культурой и подвижным играм; создать благоприятную обстановку на занятии.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное, познавательное, художественно – эстетическое и речевое развитие.

**Способы реализации:**

* наглядный
* словесный
* игровой (практический)

**Средства:** гимнастические палки, гимнастические скамейки, обручи, мячи.

**Источник:**

**1.** Л.И. Пензулаева. Физическая культура в детском саду для занятий с детьми 5-6 лет Старшая группа. – М, 2013

**2.** Пензулаева Л.И . Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М: «Владос», 2002

**Ход ОД**

Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения.

- Сегодня мы с вами отправимся в лес на прогулку. Все готовы? *(Да)*

- Тогда не будем терять времени – направо раз, два. За Катей, в обход по залу шагом марш!

В лес с веселой песней

Мы шагаем дружно,

Всё нам здесь увидеть

И услышать нужно.

Да-да-да, всё увидеть нужно

Да-да-да, всё услышать нужно.

**1.** В лес мы с вами пришли, а в лесу много деревьев, все они очень высокие, чтобы их достать, нужно на носочки встать. **(ходьба на носках, руки вверх).**

**2.** По лесу, то тут, то там ходят птицы. **(ходьба с высоким подниманием колена, руки на поясе).**

**3.** В некоторых местах ветки деревьев наклоняются низко - низко к земле, и нам приходится наклоняться. (**ходьба присядью, руки на коленях).**

**4.** На земле лежит очень много старых веток, через которые приходиться перешагивать. (**ходьба с перешагиванием через гимнастические палки)**.

**5.** Вот тропинка стала спускаться вниз с горки, мы тихонько побежали на носочках, а затем все круче и мы уже бежим быстрее с захлестом.

**6.** Спустились с горки по тропинке и идём спокойным шагом.

*Ребята, а в лесу воздух чистый, свежий, давайте мы с вами подышим лесным воздухом.*

Д**ыхательная гимнастика: вдох через нос, выдох через рот.**

За Артёмом по кругу шагом марш! Берем гимнастические палки и строимся в колонну по одному.

- Вот мы с вами и пришли в лес на полянку, где и будем делать зарядку.

Расчет на 1 - 3 начали! (**перестроение в три колонны).**

**Общеразвивающие упражнения с гимнастической палкой.**

1. И.п.- основная стойка, палка вниз.1-палка вверх; 2-опустить за голову; 3-палка вверх; 4-исходное положение.
2. И.п.- стойка ноги врозь, палка на грудь. 1-палка вверх; 2-наклон вправо; 3-выпрямиться, палка вверх; 4-исходное положение. То же влево.
3. И.п.- основная стойка палка вниз. 1-палка вперед; 2-присесть; 3-встали; 4-исходное положение.
4. И.п.- стойка ноги на ширине плеч, палка вниз. 1-палка вверх; 2-наклон вперед, коснуться пола; 3-выпрямиться, палка вверх; 4-исходное положение.
5. И.п.- основная стойка, палка на грудь в согнутых руках. 1-правую ногу в сторону на носок, палка вверх; 2-исходное положение. То же влево.
6. И.п.- основная стойка, палка вниз. 1-прыжком ноги врозь, палку вперед; 2-прыжком вернуться в исходное положение. Выполняется под счет воспитателя.

- За Василисой 1-я колонна в обход по залу шагом марш, палки в коробку сразу кладем.

- Молодцы, с зарядкой справились.

**А сейчас послушайте мои загадки:**

Лесники ее котят  
Взять домой не захотят.  
Ей не скажешь: «Кошка, брысь!»  
Потому что это …. ***(рысь)***

Зимой - белый, а летом - серый. ***(заяц)***

Вот и мы сейчас с вами вместе будем учиться держать равновесие как рыси, и прыгать из обруча в обруч как зайцы.

**Основные виды движений**

1. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, руки в стороны.
2. Прыжки из обруча в обруч.

*Выполнение поточным методом 2 раза.*

Молодцы, ребята, с этим заданием справились не хуже лесных зверей. А сейчас послушайте еще одну загадку:

В дупле живет,

да орешки грызет. ***(белка)***

Белки в лесу очень любят кидать друг другу орешки. Вот и мы сейчас с вами разделимся на две шеренги. Как вы уже догадались мы будем метать друг другу мячи - орехи снизу. *(выполняется 5 раз двумя руками снизу.)*

- Молодцы! Убираем мячи.

- С приходом весны просыпаются и начинают вылезать из берлог кто? *(медведи)*

- Правильно, они сразу начинают искать себе лакомство. А самое любимое лакомство медведей это….*(мед)*

И сейчас мы поиграем в игру **«Медведи и пчелы» (2 раза)**

Для этого нам нужно разделиться на две команды. На одной стороне зала ульи, а на другой - луг. По сигналу «Полетели» пчелы жжужат и летят на луг за медом. В это время медведи из берлоги бегут к ульям. По сигналу воспитателя «Медведи» пчелы летят в ульи и жалят медведей. Медведи должны убежать от пчел в свои берлоги. Тот медведь, которого ужалили, садится на стульчик.

- Молодцы, ребята! Но пришло время возвращаться в детский сад.

В обход по кругу шагом марш!

За Артёмом строимся в одну колонну. На месте стой – раз, два!

Вот мы с вами и вернулись в детский сад. Вам понравилось путешествие в лес? Что вам понравилось делать на лесной полянке? (ходить по гимнастической скамейке, прыгать из обруча в обруч, играть в игру «Медведи и пчелы»…..). Ребята, как вы думаете, вам сегодня всё удалось сделать правильно?

На право, в группу шагом марш!

Приложение 9.

**Картотека подвижных и малоподвижных игр**

**на занятиях физической культурой**

**в старшей группе по Пензулаевой Л.И.**

**Карточка № 1 .IIодвижная игра «Мышеловка».**

Играющие делятся на две неравные группы. Меньшая (примерно треть играющих) образует круг — мышеловку. Остальные изображают мышей и находятся вне круга.

Дети, изображающие мышеловку, берутся за руки и начинают ходить по кругу то влево, то вправо, приговаривая:

«Ах, как мыши надоели,

Развелось их просто страсть.

Все погрызли, все поели,

Всюду лезут — вот напасть.

Берегитесь же, плутовки,

Доберемся мы до вас.

Вот поставим мышеловки,

Переловим всех за раз»

По окончании стихотворения дети останавливаются и поднимают сцепленные руки вверх. Мыши вбегают в мышеловку и

тут же выбегают с другой стороны. По сигналу воспитателя:

«Хлоп!» — дети, стоящие по кругу, опускают руки и приседают - мышеловка захлопнута. Мыши, не успевшие выбежать из круга, читаются пойманными. Они тоже становятся в круг (и размер мышеловки увеличивается). Когда большая часть мышей будет поймана, дети меняются ролями, и игра возобновляется.

В конце игры воспитатель отмечает наиболее ловких мышей, которые ни разу не остались в мышеловке.

**Карточка № 2. Игра малой подвижности «У кого мяч?».**

 Играющие образуют круг. Выбирается водящий. Он становится в центр руга, а остальные плотно придвигаются друг к другу, руки у всех за спиной.

Воспитатель дает кому-либо мяч (диаметр 6—8 см), и дети за спиной передают его по кругу. Водящий старается угадать, у кого мяч. Он говорит: «Руки!»— и тот, к кому обращаются, должен выставить вперед обе руки ладонями вверх, как бы показывая, что мяча у него нет. Если водящий угадал, он берет мяч и становится в круг, а тот, у кого найден мяч, начинает водить. Игра повторяется 2—З раза.

**Карточка № 3. Подвижная игра «Ловишки» (с ленточками**).

Дети строятся в круг; у каждого имеется цветная ленточка, заправленная сзади за пояс. В центре круга стоит ловишка. По сигналу воспитателя: «Раз, два, три — лови!» — дети разбегаются по площадке. Ловишка бегает за играющими, стараясь вытянуть у кого-нибудь ленточку. По сигналу воспитателя: «Раз, два, три — в круг скорей беги!» — все строятся в круг. Воспитатель предлагает поднять руки тем, кто лишился ленточки, т. е. проиграл, и подсчитывает их. Ловишка возвращает ленточки детям, и игра повторяется, с новым водящим.

**Карточка № 4. Подвижная игра «Сделай фигуру».**

По сигналу воспитателя все дети разбегаются по залу (площадке). На следующий сигнал (удар в бубен) все играющие останавливаются на месте, где их застала команда, и принимают какую-либо позу. Воспитатель отмечает тех, чьи фигуры ему понравились (оказались наиболее удачными). Игра повторяется 2—3 раза (можно назначить, выбрать водящего, который будет определять, чья фигура лучше).

**Карточка № 5. Малоподвижная игра «Найди и промолчи**».

 Воспитатель заранее прячет какой-либо предмет и предлагает его найти. Тот, кто увидел, подходит к воспитателю и тихонько говорит. Когда большинство детей справятся с заданием, педагог отмечает тех, кто оказался самый внимательный. Ходьба в колонне по одному.

**Карточка № 6. Подвижная игра «Мы, веселые ребята».**

Дети стоят на одной стороне площадки за чертой. На противоположной стороне площадки также проводится вторая черта. В центре площадки находится ловишка. Играющие хором произносят:

«Мы, веселые ребята,

Любим бегать и скакать,

Ну, попробуй нас догнать.

Раз, два, три — лови!»

После слова «лови!» дети перебегают на другую сторону площадки, а ловишка их ловит. Тот, кого ловишка успеет осалить, прежде чем тот пересечет черту, считается пойманным, отходит в сторону и пропускает одну перебежку. После двух перебежек выбирается второй ловишка. Игра повторяется 3—4 раза.

**Карточка № 7.  Подвижная игра «Удочка».**

Играющие стоят по кругу, в центре — воспитатель. Он держит в руках веревку, на конце которой привязан мешочек с песком. Воспитатель вращает веревку с мешочком по кругу над самой землей (полом), а дети подпрыгивают на двух ногах вверх, стараясь, чтобы мешочек не задел их ног. Описав мешочком два-три круга, воспитатель делает паузу, во время которой подсчитывается количество задевших за мешочек и даются необходимые указания по выполнению прыжков.

**Карточка № 8. Подвижная игра «Быстро возьми».**

Дети образуют круг и по сигналу воспитателя выполняют ходьбу или бег вокруг предметов (кубики, шишки, камешки и т. д.), которых должно быть на один или два меньше. На следующий сигнал: «Быстро возьми!» — каждый играющий должен взять предмет и поднять его над головой. Тот, кто не успел поднять предмет, считается проигравшим. Игра повторяется 2—З раза.

**Карточка № 9.  Подвижная игра «Перелет птиц».**

На одном конце зала находятся дети — они птицы. На другом конце зала — пособия, на которые можно «залететь» (гимнастические скамейки, кубы и т.д.) - это деревья. По сигналу воспитателя: «Птицы улетают!» --- дети, махая руками, как крыльями, разбегаются по всему залу; на следующий сигнал: «Буря!» — бегут к возвышениям и прячутся там. Когда воспитатель произнесет: «Буря прекратилась!», дети спускаются с возвышений и снова разбегаются по залу («птицы продолжают свой полет»). Во время игры воспитатель в обязательном порядке осуществляет страховку детей, особенно при спуске.

**Карточка №** **10. Подвижная игра «Не попадись».**

Играющие располагаются вокруг шнура, положенного в форме круга. В центре — двое водящих. По сигналу воспитателя дети прыгают на двух ногах в круг и выпрыгивают по мере приближения ловишек. Кого успели запятнать, получает штрафное очко. Через 40—50 секунд игра останавливается, подсчитываются проигравшие, и игра повторяется с новыми водящими.

**Карточка № 11 . Подвижная игра «Не оставайся на полу».**

Выбирается ловишка, который вместе с детьми бегает по всему залу (площадке). Как только воспитатель произнесет: «Лови!» — все убегают от ловишки и взбираются на предметы (скамейки, кубы, и т. д.). Ловишка старается осалить убегающих. дети, до которых ловишка дотронулся, отходят в сторону. По окончании подсчитывают количество пойманных и выбирают ловишек. Игра возобновляется.

**Карточка № 12 .   Подвижная игра «Гуси-лебеди».**

На одном краю зала обозначается дом, в котором находятся гуси. На противоположной стороне зала стоит пастух. Сбоку от дома логово, в котором живет волк, остальное место — луг. Выбираются дети, исполняющие роль волка и пастуха, остальные изображают гусей. Пастух выгоняет гусей на луг, они пасутся и летают.

Пастух. Гуси, гуси!

Гуси (останавливаются и отвечают хором). Га, га, га!

Пастух. Есть хотите?

Гуси. Да, да, да!

Пастух. Так летите!

Гуси. Нам нельзя:

Серый волк под горой

Не пускает нас домой.

Пастух. Так летите, как хотите,

Только крылья берегите!

Гуси, расправив крылья (расставив в стороны руки), летят через луг домой, а волк, выбежав из логова, старается их поймать (запятнать). Пойманные гуси идут в логово. После нескольких перебежек подсчитывается количество пойманных волком гусей. Затем выбираются новые волк и пастух. Игра повторяется 2—3 раза.

**Карточка № 13. Игра малой подвижности «Летает — не летает».**

Дети стоят по кругу, в центре — воспитатель. Он называет одушевленные и неодушевленные предметы, которые летают и не летают. Называя предмет, воспитатель поднимает вверх руки. Например, воспитатель говорит: Птица летает, стул летает, самолет летает» и т. д. дети должны поднять руки вверх, если назван летающий предмет.

**Карточка № 14. Игра малой подвижности   «Затейники».**

Выбирается водящий — затейник, который встает в центр круга, образованного детьми. Взявшись за руки, дети идут по кругу вправо (влево) и произносят:

«Ровным кругом друг за другом

Мы идем за шагом шаг.

Стой на месте! Дружно вместе

Сделаем вот так...»

Дети останавливаются, опускают руки, а затейник показывает какое-нибудь движение, и все должны его повторить. Игра повторяется с другим водящим (3—4 раза).

**Карточка № 15.** **Подвижная игра «Пожарные на учении».**

Дети строятся в три-четыре колонны лицом к гимнастической стенке — это пожарные.

Первые в колоннах стоят перед чертой (исходная линия) на расстоянии 4—5 м от гимнастической стенки. На каждом пролете гимнастической стенки на одинаковой высоте (на рейке) подвешиваются колокольчики. По сигналу воспитателя (удар в бубен или на слово «Марш!») дети, стоящие в колоннах первыми, бегут к гимнастической стенке, взбираются по ней, звонят в колокольчик, спускаются вниз, затем возвращаются к своей колонне и встают в ее конец. Воспитатель отмечает того, кто быстрее всех выполнил задание.

Потом снова дается сигнал и бежит следующая группа детей и т. д. В конце игры воспитатель отмечает ту колонну, дети которой быстрее справились с заданием, т. е. ловко забрались и позвонили в колокольчик. При лазанье по гимнастической стенке обращается внимание на то, чтобы дети не пропускали реек и не спрыгивали, а сходили с последней рейки гимнастической стенки.

При проведении данной игры воспитатель осуществляет страховку детей.

**Карточка № 16. Подвижная игра  «Ловишки парами».**

Дети выстраиваются в две шеренги на расстоянии 3—4 шагов одна от другой. По сигналу воспитателя: «Беги!» -—- дети первой шеренги убегают, а дети второй догоняют каждый свою пару и стараются осалить прежде, чем первые пересекут обозначенную линию финиша (расстояние 12 м). Воспитатель подсчитывает количество проигравших, и игра повторяется. После двух перебежек дети меняются местами.

**Карточка № 17. Подвижная игра «Ловишки-перебежки».**

Дети стоят за чертой на одной стороне площадки. На второй стороне площадки также проведена черта. Сбоку стоит ловишка. На слова воспитателя: «Раз, два, три — беги!» — дети перебегают на другую сторону площадки, а ловишка ловит (осаливает рукой), прежде чем они успеют пересечь черту. Проводится подсчет пойманных, и перебежка повторяется. После двух-трех перебежек выбирается другой ловишка из числа наиболее ловких и быстрых ребят, которые не были пойманы.

**Карточка № 18.  Подвижная игра «Кто скорее до флажка».**

Дети распределяются на три колонны с равным количеством играющих в каждой. На расстоянии 2 м от исходной черты ставятся дуги (обручи), можно натянуть шнур (высота 50 см от уровня пола), и затем на расстоянии З м ставятся флажки на подставке. дается задание: по сигналу воспитателя выполнить подлезание под дугу, затем прыжками на двух ногах допрыгать до флажка, обогнуть его и бегом возвратиться в конец своей колонны. Воспитатель отмечает тех детей в каждой колонне, которые быстро и правильно справились С заданием, а по окончании игры отмечает команду, набравшую большее количество очков.

**Карточка № 19.Подвижная игра «Мороз-Красный нос».**

На противоположных сторонах площадки обозначается два дома, играющие располагаются в одном из них. Водящий — «Мороз-Красный нос» становится посредине площадки лицом к играющим и произносит:

«Я — Мороз-Красный нос.

Кто из вас решится

В путь-дороженьку пуститься?»

Играющие хором отвечают:

Не боимся мы угроз,

И не страшен нам мороз».

После произнесения слова «мороз» дети перебегают через площадку в другой дом, а водящий догоняет их и старается коснуться рукой — <заморозить». «Замороженные» останавливаются на том месте, где до них дотронулись, и до окончания перебежки стоят не двигаясь.

Воспитатель вместе с «Морозом» подсчитывает количество «замороженных». После каждой перебежки выбирают нового «Мороза». В конце игры сравнивают, какой водящий — «Мороз» — заморозил больше играющих.

**Карточка № 20. Подвижная игра «Охотники и зайцы»** .

Из числа играющих выбирается охотник, остальные зайцы. На одной стороне зала (площадки) отводится место для охотника, на другой — дом зайцев. Охотник ходит по залу, делая вид, что ищет следы зайцев, а затем возвращается к себе. Зайцы выпрыгивают из кустов и прыгают на двух ногах (или на правой и левой поочередно) в разных направлениях. По сигналу: Охотник» — зайцы убегают в дом, а охотник бросает в них мяч (в руках у него два-три мяча). Те, в кого он попал, считаются подстреленными, и он забирает их в свой дом. После каждой охоты на зайцев охотник меняется, но не из числа пойманных. Для проведения данной игры (во избежание травм) лучше использовать самодельные мячи, сшитые из кусочков ткани.

**Карточка № 21. Подвижная игра «Хитрая лиса».**

Играющие стоят по кругу на расстоянии одного шага один от другого. В стороне, вне круга, обозначается дом лисы. По сигналу воспитателя дети закрывают глаза, а он обходит их с внешней стороны круга и дотрагивается до одного из играющих, который и становится водящим - хитрой лисой. Затем дети открывают глаза, хором три раза (с небольшим интервалом) спрашивают (сначала тихо, а потом громче): «Хитрая лиса, где ты?» После третьего раза играющий, выбранный хитрой лисой, быстро выбегает на середину круга, поднимает вверх руку и говорит: «Я здесь!» Все играющие разбегаются по площадке, а лиса их ловит (дотрагивается рукой). После того как лиса поймает и отведет к себе в дом 2—3 детей, воспитатель произносит: «В круг!» - и игра возобновляется.

Если лиса долго не может никого поймать, то выбирают другого водящего.

**Карточка № 22. IIодвижная игра «Медведи и пчелы».**

Играющие делятся на две равные команды: одна — пчелы, другая — медведи.

На одной стороне зала находится улей, а на противоположной луг. В стороне располагается берлога медведей. По условному сигналу воспитателя пчелы вылетают из улья (слезают с возвышений гимнастической стенки, гимнастических скамеек и т. д.), жужжат и летят на луг за медом. Как только пчелы улетят, медведи выбегают из берлоги, забираются в улей (влезают на возвышения) и лакомятся медом. Воспитатель подает сигнал:

«Медведи!», пчелы летят к ульям, стараясь ужалить (дотронуться рукой) медведей, те убегают в берлогу. Ужаленные медведи пропускают одну игру. Игра возобновляется, и после повторения дети меняются ролями.

Перед игрой воспитатель напоминает детям, что с возвышений нужно слезать, а не спрыгивать, на лестницу залезать не выше 4—5-й рейки. Воспитатель обязательно осуществляет страховку детей; если возникает необходимость, оказывает помощь

**Карточка № 23. Подвижная игра «Совушка».**

 На одной стороне зала обозначается гнездо совушки. В гнезде помещается водящий — совушка. Остальные играющие изображают птиц, бабочек, жуков и т. д.; они разлетаются по всему залу. Через некоторое время воспитатель произносит: «Ночь!» Играющие останавливаются на месте в той позе, в какой их застала ночь. Совушка вылетает из своего гнезда, машет крыльями и смотрит, кто шевелится. Того, кто пошевелился, уводит в свое гнездо, а воспитатель произносит: «день!» Бабочки, жуки, птицы оживают и опять начинают кружиться, летать. После двух вылетов на охоту подсчитывается количество пойманных. Выбирается другая совушка.

**Карточка № 24. Игра малой подвижности «Найдем следы зайца».**

Воспитатель заранее в каком-то месте на участке отмечает следы «зайца» и постепенно подводит к ним детей. Увидевший следы первым считается победителем.

**Карточка № 25. Подвижная игра «Горелки».**

Играющие встают в две колонны, взявшись за руки, впереди — водящий. Дети хором произносят

«Гори, гори ясно,

Чтобы не погасло.

Глянь на небо:

Птички летят,

Колокольчики звенят!

Раз, два, три — беги!»

С последним словом стоящие в последней паре опускают руки и бегут в начало колонны — один справа, другой слева от нее. Водящий пытается поймать одного из детей, прежде чем он успеет опять взяться за руки со своим партнером. Если водящему удается это сделать, то он берется за руки с пойманным и они становятся впереди колонны. Оставшийся без пары становится водящим. Для увеличения двигательной активности детей можно построить парами в две-три колонны.

**Карточка № 26.Подвижная игра «Карусель».**

Дети образуют круг, держась за шнур правой рукой, и идут по кругу сначала медленно, потом быстрее и переходят на бег. Движения выполняются в соответствии с текстом, произносимым вслух:

«Еле, еле, еле, еле

Закружились карусели,

А потом кругом, кругом,

Все бегом, бегом, бегом!»

После того как дети пробегут 2—3 круга, воспитатель останавливает их и подает сигнал к изменению направления движения. Играющие поворачиваются кругом и, перехватив шнур другой рукой, продолжают выполнять ходьбу и бег. Затем воспитатель вместе с детьми произносит:

«Тише, тише, не спешите!

Карусель остановите!

Раз-два, раз-два.

Вот и кончилась игра!»

Движение карусели постепенно замедляется. При словах «Вот и кончилась игра!» дети останавливаются, кладут шнур на землю и расходятся по всей площадке. Игра проводится 2 раза.

**Карточка № 27. Подвижная игра «С кочки на кочку».**

Воспитатель выкладывает в шахматном порядке плоские обручи (6—8 шт. в две линии).

Играющие выстраиваются в две колонны. По сигналу воспитателя первые игроки начинают перепрыгивать на двух ногах из обруча в обруч. Как только первый игрок прыгнет из последнего обруча, прыжки начинает второй игрок колонны и т. д. Побеждает команда быстро и правильно (не оступившись ни разу) перебравшаяся на другой берег. Игра повторяется 2—3 раза.

**Карточка № 28. Подвижная игра «Пастух и стадо».**

Дети изображают стадо ( коровы, телята).Выбирают пастуха. Ему вручают пастушью шапку, хлыст и рожок. Стадо собирается на скотном дворе. Пастух стоит в отдалении. Воспитатель произносит:

                       Ранним-рано поутру

                      Пастушок : «Ту-ру-ру-ру!»

                     А коровки в лад ему

                    Затянули: «Му-му-му!»

На слова «ту-ру-ру» пастушок играет в рожок, после слов « му-му-му» коровки мычат. Затем дети становятся на четвереньки, и стадо идет на зов пастуха. Он гонит их в поле( на другую сторону площадки).Там стадо пасется некоторое время, затем пастух гонит его обратно в хлев. Выбирают нового пастуха. Игра повторяется 2-3 раза.

Указания: Для игры нужен простор. Дети не должны сбиваться в одно место.

**Карточка № 29.Игра малой подвижности «Кто ушел?».**

  Дети строятся в круг. Водящий встает в центре круга и закрывает глаза. Учитель дотрагивается до одного из играющих, стоящих в круге, и он тихо выходит из зала. Учитель разрешает водящему открыть глаза и спрашивает у него: «Отгадай, кто ушел?» Если водящий отгадал, то он встает в круг и выбирает другого водящего. Если не отгадал, то снова закрывает глаза, а выходивший из зала занимает своё прежнее место в кругу. Водящий открыв глаза, должен назвать его.

**Карточка № 30.Игра малой подвижности «Угадай по голосу».**

Дети образуют круг. Водящий встает в центре круга и закрывает глаза. Не держась за руки, дети идут по кругу вправо (влево) и говорят:

Мы собрались в ровный круг,

Повернемся разом вдруг,

А как скажем «Скок-скок-скок»,

Угадай, чей голосок.

Слова «скок-скок-скок» произносит один из детей по указанию воспитателя. Водящий должен узнать, кто сказал эти слова. Если он отгадал, он встает на место произносившего слова. Если водящий не узнал голос, игра повторяется, а дети идут по кругу в другую сторону.

**Карточка № 31. Подвижная игра «Караси и щука».**

Один ребенок выбирается Щукой, остальные играющие делятся на две группы. Одна из них образует круг - это камешки, другая - караси, которые плавают внутри круга. Щука находится за пределами круга.

По сигналу воспитателя: «Щука!» — она быстро вбегает в круг, стараясь поймать карасей. Караси спешат поскорее занять место за кем-нибудь из играющих и присесть, спрятаться за камешки. Пойманные щукой караси уходят за круг и подсчитываются. Игра повторяется с другой Щукой.

**Карточка № 32. Подвижная игра «Пятнашки».**

Выбирается водящий, который получает цветную повязку и становится в центр площадки. После сигнала: «Лови!» — все дети разбегаются по площадке, а водящий старается догнать кого-либо из играющих и осалить. Тот, кого коснулся водящий, отходит в сторону. Через некоторое время воспитатель подает команду: «Стой!» и игра останавливается, подсчитывают количество пойманных и выбирается новый водящий.

**Карточка № 33.Малоподвижная игра «Что изменилось?»**

У данной игры существует 3 варианта.

Вариант 1. Перед началом игры следует подготовить инвентарь (разнообразные мелкие предметы, например спички, ластики и т. д.), разложить его на столе и накрыть газетой.

Ребенок должен в течение З0 секунд запомнить расположение предметов, отвернуться, а после этого посмотреть на предметы еще раз и рассказать, как изменилось их расположение.

За каждый угаданный предмет ребенку можно начислить 1 очко, за каждую ошибку - вычесть 1 очко.

Если в игре принимали участие несколько человек, победителем считается тот, кто наберет наибольшее количество очков.

Вариант 2. В этой игре должны принимать участие несколько игроков.

Участники должны встать в шеренry, а ведущий - выбрать одного участника. Выбранный игрок запоминает внешний вид каждого участника.

После этого он уходит или отворачивается, а затем пытается назвать произошедшие изменения (pacстегнутые пуговицы, развязанные шнурки и т. д.).

Вариант 3. Данное занятие можно проводить с одним ребенком. Для этого следует дать ему для сравнения две картинки с одинаковыми на первый взгляд изображениями.

Пусть малыш постарается найти различия.

Также для развития внимания применяется следующее упражнение: надо дать ребенку картинку с изображенным на ней наполовину раскрашенным предметом, например бабочкой или цветком, и предложить малышу раскрасить ее до конца.

Приложение 10.

**Картотека гимнастики «пробуждения»**

**«ВЕСНА»**

Мишка вылез из берлоги,

Огляделся на пороге.

*(лежа в кровати, откинуть одеяло в сторону, поворот головы вправо, влево)*

Потянулся он со сна —

К нам опять пришла весна!

*(лёжа, руки поднять вверх и потянуться)*

Чтоб скорей набраться сил,

Он ногами покрутил.

*(упражнение «велосипед»)*

Почесал медведь за ухом,

*(имитируем движение медведя)*

Повилял слегка хвостом,

*(складываем ручки ковшиком и перед собой наклоняем их вправо-влево)*

Наклонился взад-вперед,

*(наклоны из положения лежа)*

И ногами еле-еле

Вышел мишка за порог.

*(встаём с кроватей)*

По лесу медведь идёт —

Ищет мишка вкусный мёд.

*(ходьба на месте с поворотом головы вправо-влево)*

Он голодный, невесёлый,

Разговор ведёт с весною:

*(выходим медвежьим шагом из спальни и рычим)*

— Подскажи-ка мне, весна,

Где бы мёду взять сполна?

*(дети идут по массажной дорожке)*

Вижу пни и корешки,

Мёда нет — как не ищи!

*(идём, наклоняемся, заглядываем под воображаемые кусты — «ищем мёд»)*

Замахал медведь руками,

Словно тучи разгоняя.

Гонит взад их и вперёд,

Только мёда не найдет.

*(вращение прямыми руками взад-вперёд)*

Приседал он ниже, глубже —

Отыскал пчелиный улей.

*(несколько приседаний)*

Прогудели мишке пчёлы:

— Мы на поле все летим,

Пыльцу с цветов собрать хотим.

Ты пойди, умойся, мишка,

И одень свои штанишки.

И за мёдом приходи,

Мы тебя и угостим!

*(дети идут умываться и одеваться)*

**«ЛЕСНАЯ ПРОГУЛКА»**

Для начала мы с тобой

Повращаем головой.

*(лёжа в кровати, поворачиваем голову вправо-влево)*

Потянуться после сна —

Дело важное весьма.

*(лёжа, поднимаем руки вверх и тянемся)*

Надо плечи нам размять:

Раз-два-три-четыре-пять.

*(руки прижаты к туловищу, поднимаем и опускаем плечи)*

А теперь мы в лес пойдём,

Может там грибы найдём.

*(дети встают около кроватей)*

Приседали, приседали,

Белый гриб в траве нашли

*(приседания, руки на поясе)*

На пеньке растут опята,

Наклонитесь к ним, ребята,

Наклоняйся, раз, два, три,

Их в лукошко набери!

*(наклоны вперед)*

Вон на дереве орех.

Кто подпрыгнет выше всех?

*(руки на поясе, прыжки на месте)*

Если хочешь дотянуться,

Надо в спинке бы прогнуться

*(руки на поясе, прогибаемся назад)*

За дровами мы идём

И пилу с собой несём.

*(дети выходят из спальни и идут массажной дорожке)*

Вместе пилим мы бревно,

Очень толстое оно.

Чтобы печку протопить

Много надо напилить.

*(имитируем движения руками, как-будто пилим бревно)*

Чтоб дрова полезли в печку,

Их разрубим на дощечки.

*(имитируем работу топором: соединяем руки, поднимаем их вверх и опускаем вниз)*

А теперь их соберём

И в сарайчик отнесем.

*(наклоны вперёд и вправо-влево)*

После тяжкого труда

Надо отдохнуть всегда.

*(«вытираем пот рукой со лба»)*

Мы к лесной лужайке вышли,

Поднимаем ноги выше.

*(идём, высоко поднимая колени)*

Через кустики и кочки,

Через ветви и пенечки.

*(дети идут, перешагивая через предметы, разложенные на полу или через воображаемые лесные препятствия)*

Все так весело шагали,

Не споткнулись, не упали,

От прогулки раскраснелись

И за стол попить уселись.

**«ЛИСТОЧКИ»**

Мы — листики осенние,

На ветках мы сидим.

*(лёжа в кроватке, повороты головы влево-вправо, потягиваются)*

Дунул ветер — полетели, *(медленный глубокий вдох, плавный выдох)*

Полетели, полетели.

*(дети лежат и плавно машут руками, имитируя крылья птиц)*

И на землю тихо сели.

*(дети садятся в кроватках, поднимают ручки вверх, тянутся вверх в положении сидя встают с кроватей и приседают на корточки)*

Ветер снова набежал

И листочки все поднял.

*(дети встают с кроваток)*

Закружились, полетели,

И на землю тихо сели

*(несколько приседаний)*

Ветерок с листвой играл,

По дорожке нас погнал.

*(дети идут по солевой или массажной дорожке)*

После мокренькой дорожки,

Стали влажными листочки.

Листья высушим сначала,

Чтобы весело шуршали.

*(дети растирают себя массажными варежками)*

Выросли деревья в поле,

Хорошо расти на воле!

*(дети поднимают руки вверх и покачиваются)*

Каждое старается,

К небу, к солнцу тянется.

*(потянулись на носочках вверх)*

Вот подул весёлый ветер,

Раскидал он всю листву,

*(круговые движения руками)*

Даже толстые стволы

Наклонились до земли.

*(наклоны вперёд, касаясь руками пола)*

Вправо, влево, взад, вперед,

Так деревья ветер гнёт

*(наклоны по тексту)*

Он их вертит, он их крутит,

Ну, когда же отдых будет?

*(конец зарядки, дети идут на стульчики одеваться, умываться)*

**«ЧАСИКИ»**

Чтоб совсем проснуться —

Тик-так, тик-так —

Все часы идут вот так:

Тик-так, тик-так.

*(лёжа, наклоны головы к левому-правому плечикам)*

Смотри скорей, который час?

Часы велят вставать сейчас.

*(руку ко лбу, «смотрим время»)*

Чтоб совсем проснуться,

Нужно потянуться.

*(лёжа, руки вверх и потягиваемся)*

Носом вдох, а выдох ртом,

*(медленный глубокий вдох и плавный выдох)*

Дышим глубже животом.

*(На вдохе надуваем живот, на выдохе сдуваем)*

Чтобы сильным стать и ловким

Приступаем к тренировке.

*(сгибаем и разгибаем руки в локтях)*

Потянули мы носочки,

По коленям три хлопочка.

*(садимся на кровати, хлопаем по коленкам)*

Распрямились, потянулись,

*(сидя, руки вверх, потягиваемся)*

А теперь на пол вернулись.

*(дети встают возле кроваток)*

Спину тоже разминаем,

Взад-вперед её сгибаем.

*(руки на пояс, наклоны вперёд-назад)*

Поворот за поворотом,

Переходим на дорожку.

*(руки на поясе, круговые движения туловищем, затем дети идут по массажной дорожке)*

Выполняем упражнения

Для разминки и веселья.

*(упражнения с предметами, предложенные воспитателем)*

А потом шаги на месте

Выполняем не спеша.

*(ходьба на месте)*

Ноги выше поднимаем

И, как цапля, опускаем.

*(поднимаем по очереди согнутые в коленях ноги)*

Чтоб поймать еду в водице,

Надо цапле наклониться.

*(наклоняемся и касаемся правой рукой левой ноги и наоборот)*

Вот теперь мы все проснулись

И друг другу улыбнулись!

*(улыбаемся, идём умываться и одеваться)*

**«СКУЧАТЬ ЗАРЯДКА НЕ ДАЁТ»**

Начинаем просыпаться

И зарядкой заниматься.

*(лёжа, руки поднимаем вверх, делаем плавный глубокий вдох носом и на три счёта резкими движениями выдыхаем)*

Тянем руки высоко,

Дышим плавно и легко.

*(лёжа, руки подняты за голову, потягиваемся)*

Ноги надо нам размять:

Раз, два, три, четыре, пять.

*(лёжа, носки ног от себя, к себе)*

Мы как будто побежим

И ногами зашумим.

*(упражнение «велосипед»)*

До коленок дотянулись.

*(поднимаемся туловищем к согнутым ногам и касаемся лбом коленок)*

Вот в кровати мы размялись,

Тихо, дружненько встаём

И свободною походкой

Мы по спаленке пойдём.

*(дети встают и шагают на месте около своих кроватей)*

Руки спрятали за спину,

Наклонились три-четыре.

*(наклоны вперёд)*

Сели-встали, сели-встали,

*(приседания)*

По дорожке побежали.

*(дети идут по массажной дорожке)*

На дорожке есть преграды,

Будем брать мы баррикады.

Ноги выше поднимай,

Не спеши, не отставай.

*(дети идут, перешагивая через предметы, разложенные на дорожке)*

Друг за другом мы идём

И спокойно тело трём.

Руки, ноги и живот,

Скучать зарядка не даёт.

*(дети надевают массажные варежки и растирают тело)*

**«ТИЛИ-ДОН»**

Дети делают движения согласно тексту.

Тили-тили-тили-дон,

Что за странный перезвон.

То будильник наш звенит,

Просыпаться нам велит.

Мы проснулись, потянулись.

С боку набок повернулись,

И обратно потянулись.

И ещё один разок,

С боку набок повернулись,

И обратно потянулись.

Ножки мы подняли,

На педали встали.

Быстрей педали я кручу,

И качу, качу, качу.

*(лёжа в кровати, упражнение «велосипед»)*

Очутились на лугу.

Крылья пёстрые порхают,

Это бабочки летают.

Встанем у кроватки дружно.

И посмотрим мы в окно.

Шёл петух по двору,

Крикнул нам «Ку-ка-ре-ку!»

Крыльями похлопал,

Ножками потопал.

Ну и мы в ответ ему

Крикнем все «Ку-ка-ре-ку!»

Наши ножки, наши ножки

Побежали по дорожке.

*Продолжить зарядку хождением по массажной дорожке, упражнениями с предметами, обтиранием массажными варежками.*

А теперь гуськом, гуськом

К умывальнику бегом.

Приложение 11.

**Консультация для родителей**

**«Двигательная активность и здоровье ребенка»**

Как часто мы, взрослые, раздражаемся, когда дети бессмысленно, как нам кажется, бегают по квартире, носятся по двору, и мы не можем увести их домой. Это представляется нам шаловливостью, нежеланием подчиняться нашим требованиям. Так ли это?

Не стоит путать шаловливость ребенка с удовлетворением его биологической потребности в движениях, а такая потребность имеется. Присмотритесь к поведению вашего ребенка. Если его движения ограничивать на протяжении 2-3 часов, то в дальнейшем он постарается «компенсировать» это повышенной подвижностью.

В течение дня ребенок совершает множество разнообразных движений. Сумма их называется двигательной активностью. Суточная величина двигательной активности должна полностью удовлетворять биологическую потребность организма в движениях. Задача родителей – создать необходимые условия для оптимальной двигательной активности детей.

Почему это важно? Дело в том, что недостаток движений особенно отрицательно отражается на растущем организме ребенка, на состоянии его сердечно-сосудистой и дыхательной систем, на развитии и функциях многих органов. Малоподвижный образ жизни может даже вызвать болезнь, которую медики называют гипокинезией. При этом заболевании нарушается обмен веществ, деятельность опорно-опорно-двигательного аппарата и вегетативной нервной системы, резко снижается физическая работоспособность.

Вашему ребенку пять-шесть лет, через год он идет в школу. Занятия в школе, учебные нагрузки, необходимость продолжительной время сидеть за партой могут привести к ограничению его двигательной активности. Закономерно встает вопрос – как избежать гипокинезии, как организовать физическое воспитание ребенка в семье?

Утренние – не часы – минуты должны быть отданы гимнастике. Недаром эти физические упражнения называют зарядкой бодрости на весь день. Упражнения простые и разнообразные. Примерно каждые две недели комплекс упражнений рекомендуется менять.

Не забудьте перед началом упражнений открыть форточку. Заниматься ребенок должен в майке и трусах. Чистый, свежий воздух, движения, а после этого умывание – и вялости, сонливости, как не бывало.

В выходные дни, во время отпуска, когда ребенок остается с вами, необходимо найти время для того, чтобы побегать с ним, покататься на коньках или лыжах, если это зима; летом поиграть в мяч, покататься на велосипеде, пойти в лес и т.д. Эти часы совместных занятий полезны не только для здоровья ребенка, но и для вашего. Не упускайте эту возможность!

Если ребенок не посещает детский сад, следует уделить больше внимания физическому воспитанию. Как можно больше времени ребенок ежедневно должен быть на воздухе, в движении. Все, что говорилось о ежедневной утренней гимнастике, подвижных играх, - обязательный элемент режима дня. Ребенок должен иметь возможность попрыгать и побегать. Такая самопроизвольная активность восполняет недостаток движения, «насыщает» двигательный голод. Не препятствуйте этому.

Не всегда есть возможность оборудовать домашний «стадион», но обруч, скакалка, мяч, гимнастическая палка – доступны всем, так же как санки, коньки, лыжи. Приобретайте их.

В последние годы некоторые родители стремятся рано привлекать своих детей к регулярным занятиям такими видами спорта, как фигурное катание, художественная гимнастика, плаванье. Полезно ли это? Однозначно ответить нельзя. Регулярные тренировки и связанные с ними физические нагрузки, если они ребенку дошкольного возраста не по силам, будут вредны. С семи лет только некоторые дети, прошедшие тщательное медицинское обследование, могут начинать такие занятия.

Ученые установили, что ребенок 5-7 лет должен делать 13-17 тысяч шагов, находиться в движении 2,5-3,5 часа. В это количество входит не только ходьба, но и бег, прыжки, другие виды движений.

Если ваш ребенок посещает детский сад, то там занятия физической культурой проводятся по определенной программе, составленной с учетом возраста детей. Программа включает постепенно увеличивающиеся по объему и сложности упражнения, подвижные игры и др. эти занятия являются составной частью режима дня в детском саду. Но их недостаточно.

Вечером, когда вы взяли ребенка из сада, найдите возможность пройти с ним пешком хотя бы часть дороги. Прогулка – это ваше время общения, а 20- 30 минут, затраченные на нее, вернут и вам бодрость после трудового дня, «не пропадут даром» ни для здоровья, ни для настроения.

Привлекайте детей к посильной для них работе. Ребенок может помочь накрыть на стол, убрать со стола, вытереть пыль с низкой мебели, полить цветы и др. пусть сначала у него получается не очень хорошо, постепенно он научится выполнять все ваши поручения правильно. Это полезно и для воспитания трудовых навыков, и в то же время является одной из форм двигательной активности.

Подвижные игры, обучение катанию на коньках, лыжах не только совершенствуют двигательные умения ребенка, развивают у него ловкость, быстроту, силу и выносливость, но и способствуют воспитанию таких важных черт характера, как настойчивость в достижении цели, чувство товарищества. В жизни эти качества будут очень полезны.

Учеными установлена безусловная связь между двигательной активностью и развитием ребенка, способностью его организма оказывать сопротивление болезням. Вот почему активные дети болеют реже.

**Помните: физические упражнения, подвижные игры на воздухе – мощное средство укрепления здоровья вашего ребенка!**

Приложение 12.

***ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ***

***по организации двигательной деятельности детей***

* Регулярные ежедневные прогулки, независимо от погодных условий.
* Организация доступных походов пешком или на лыжах, катание на санках с высоких горок, выход на каток, спортивные игры.
* Воспитывайте привычку самостоятельно выполнять утреннюю гимнастику дома.
* Проверьте, достаточно ли дома спортивного инвентаря, как он применяется.
* Чередование в течение дня различных видов деятельности, игр и занятий физическими упражнениями предупреждает переутомление центральной нервной системы, воспитывает организованность.
* Доступные походы пешком или на лыжах, катание на санках с высоких горок, выход на каток.
* После дневного сна -  гимнастика для профилактики нарушения осанки, плоскостопия, упражнения на дыхание (профилактика заболеваний верхних дыхательных систем) и закаливающие процедуры для повышения устойчивости организма к постоянно изменяющимся условиям среды.
* Во время прогулки проводить с ребенком подвижные игры и упражнения спортивного характера.  Необходима постепенная смена движений руками на движения ногами и туловищем. Основные движения следует выполнять ежедневно по 2 – 3 вида, лучше это делать на детской или школьной спортивной площадке, оборудованной лесенками, лавочками, бревнами и т.д. Дома хорошо организовать спортивный уголок в комнате.
* Соблюдайте режим дня. Очень важно приучать ребёнка просыпаться и засыпать, кушать, играть, трудиться в одно и то же время.  Своевременное засыпание – не позднее 21.00-22.00, минимальная длительность сна – 8-10 часов.
* Необходимо регламентировать просмотр телепередач по времени (не более 40 минут – 1 часа) и по содержанию (вечером следует избегать возбуждающей тематики).
* Дыхательная гимнастика.
* Гимнастика для глаз.
* Простые приёмы массажа рук, ступней, ушных раковин, лица и других биологических активных точек тела.
* Спортивные секции.
* Водные процедуры.  Обливание после сна или вечером перед сном тёплой водой, контрастный душ, ванны для рук и ног, обтирание мокрым полотенцем.  Предварительно проконсультируйтесь с врачом – педиатром.
* Тёплый, доброжелательный психологический климат в семье.
* Занятие танцами.
* Питание по режиму.

Приложение 13.

**Семинар-практикум для родителей «Атрибуты своими руками из бросовых материалов для подвижных игр»**

**Цель:** Построение доверительно – эмоциональных взаимоотношений, способствующих полноценному развитию ребенка и позитивной самореализации взрослых.

**Задачи:**

* Формировать у родителей элементарные представления о роли мелкой моторики в психофизическом развитии ребенка.
* Развивать творческое воображение, умение приспособить для игры с ребенком любые подручные материалы.
* Воспитывать у родителей экологическую культуру.

**Оборудование:**

деревянные палочки, узкий скотч, гофрированная бумага, ножницы,

**Форма проведения:** деловая игра.

**Участники:** родители, воспитатель

**Место проведения:** группа

**Ход:**

Уважаемые родители! Сегодня мы пригласили вас для того, чтобы познакомить еще с одним способом взаимодействия с ребенком – через конструирование. В качестве объекта конструирования у нас сегодня выступят игрушки из бросовых материалов. И не потому, что нашим детям играть больше нечем. Вы убедитесь сами, что игрушка из подручных материалов, сделанная вами совместно с вашим ребенком, может полюбиться малышу даже больше, чем самоходная машинка или говорящая кукла. Кроме того, поделки из бросового материала являются прекрасным средством для развития двигательной активности, умственных способностей, эстетического вкуса, конструкторского мышления, выдумки и фантазии и для родителя, и для ребенка. И самое главное – это занятие разнообразит ваш досуг, подарит вам незабываемые часы общения с малышом.

А сейчас приступим к практической части нашего семинара-практикума. Я хочу познакомить вас с процессом изготовления поделки из бросовых материалов на примере такой игрушки как

**1.** **игра «Бабочка».**

Родители рассаживаются за столы, на которых уже приготовлены необходимые материалы и инструменты. На каждом столе лежит подробная инструкция по изготовлению поделки. Кроме этого воспитатель демонстрирует процесс изготовления игрушки.

**2.** **Игра «Султанчик»**

Для начала пакеты нарезаем на полосы, но не дорезая до краев (ширина каждой полоски по 1 сантиметру)

Накручиваем каждый пакет на палочки. Чтобы палочки не выпадали, закрепляем пакеты скотчем.

Поочередно меняем цвета пакетов так, как кому нравится.

Вот такие веселые султанчики у нас получились.

Мы используем наши султанчики не только на утренней гимнастике, физкультурных занятиях, но и в свободной деятельности детей.

**Домашнее задание родителям**:

**3.** **Игра «Ловишка»**

Материалы и инструменты для изготовления: стаканчики из-под йогурта, капсулы от киндер-сюрпризов, ленты, шило, самоклеящаяся бумага для украшения.

Процесс изготовления: в уголке пластикового стаканчика шилом пробивается дырочка, сквозь которую продевается ленточка. Эту работу выполняет взрослый. Малыш может помочь завязать узелок, чтобы конец ленточки не выскакивал из дырочки в стакане. В капсуле от киндера тоже пробивается дырочка, в которую взрослый продевает другой конец ленточки. Как вы догадались, другой кончик также завязывается на узелок. Малыш может помочь закрыть капсулу, чтобы скрыть узелок. Как вариант, можно насыпать в капсулу несколько бусинок – тогда при игре «ловишка» будет забавно звенеть. Теперь необязательная, но самая интересная часть процесса – украшение. Нарежьте из самоклеящейся пленки разноцветные полосочки, кружки, квадратики и другие фигурки, и предоставьте вашему малышу свободу действий.

Игра с забавой заключается в том, чтобы капсулу от киндера закинуть в стаканчик.

Вопрос воспитателя: уважаемые родители, вам понравился наш семинар-практикум?

Надеюсь, что да. А для большего закрепления полученных навыков предлагаю организовать игры с изготовленными игрушками.

Приложение 14.

**Семинар-практикум для родителей с участием детей.**

**Тема: «Подвижные игры и игровые упражнения – увлекательная форма проведения домашнего досуга»**

**Предварительная работа.**

1. В группе с детьми оформить приглашения для родителей.
2. Оформить выставку книг и пособий на тему «Подвижные игры».
3. Подготовить магнитофонную запись с ответами детей на вопросы: ты любишь играть? У тебя есть любимые игрушки? Как ты с ними играешь? Играют ли с тобой взрослые? Кто? В какие игры?
4. Вступление воспитателя группы.

     Чтобы детство наших детей было счастливым, основное, главное место в их жизни должна занимать игра. В детском возрасте у ребёнка есть потребность в игре. И её нужно удовлетворить не потому, что делу – время, потехе – час, а потому, что играя, ребёнок учится и познаёт жизнь.

     «Игра пронизывает всю жизнь ребёнка. Это норма даже тогда, когда малыш делает серьёзное дело. У него есть страсть, и её надо удовлетворить. Более того, следует пропитать этой игрой всю его жизнь. Вся его жизнь – это игра» А. С. Макаренко.

Давайте сегодня поговорим об игре.

1. Прослушивание магнитофонной записи с ответами детей на вопросы об игре.
2. Сообщение на тему «Значение игры в жизни ребенка»
3. Конкурс среди родителей «Назовите подвижные игры, которые Вы знаете».

*Сообщение на тему*

*«Виды подвижных игр и их значение для всестороннего развития ребенка».*

Игровая деятельность является полезным средством воспитания детей и подростков. Она целенаправленна и характеризуется многообразием целевых установок и мотивированных действий. Среди большого разнообразия игр широко распространены подвижные игры. Характерной особенностью подвижных игр является ярко выраженная роль движений в содержании игры (бега, прыжков, метаний, бросков, передач и ловли мяча, сопротивлений и др.). Эти двигательные действия мотивированы ее сюжетом (темой, идеей). Они направляются на преодоление различных трудностей, препятствий, поставленных на пути достижения цели игры.

По методике физического воспитания и развития детей принято делить игры на:

1. Элементарные игры с правилами:

а) сюжетного характера («Лохматый пес», «Гуси-лебеди», «Хитрая лиса»);

б) бессюжетные, где в основе лежат правила (догонялки, прятки, ловишки, игры-эстафеты);

в) аттракционы со специально создающимися условиями (прыжки в мешках, пронести воздушный шарик в ложке, приклей нос Буратино);

г) игры-забавы на развитие мелкой моторики пальцев (пальчик-мальчик, сорока, колечко).

2. Сложные игры с правилами:

а) спортивные (футбол, элементы баскетбола на 7-ом году жизни);

игры с элементами спорта (городки, кегли, кольцебросы).

Также все подвижные игры по программе детского сада делятся по двигательному составу.

1. Игры большой подвижности, с бегом и прыжками («Мы веселые ребята», «Ловишки», «У медведя во бору», «Волк во рву»);

2. Игры средней подвижности, с лазаньем, хороводы с ходьбой и с бегом («Мышеловка», «Ровным кругом», «Карусели», «Пузырь», «Обезьянки», «Медведь и пчелы»);

3. Иры малой подвижности с ходьбой в средне - медленном темпе, с упражнениями для определенных частей тела, с метанием («Летает – не летает», «Найди, где спрятано», «Море волнуется»). Специальные оздоровительные игры наряду с укреплением различных групп мышц, тренировкой вестибулярного аппарата, профилактикой нарушений зрения и осанки снимают утомление, вызванное интенсивными интеллектуальными нагрузками, и создают у игроков состояние психофизиологического комфорта.

В настоящее время роль и значение игр заметно возросло. Посильная физическая нагрузка укрепляют здоровье детей, повышают их работоспособность. Организация игр оказывает положительное влияние на эмоциональное состояние детей, помогает укреплению воли, развитию смелости, самостоятельности. Дети учатся преодолевать трудности, развивают способности и умения. Вместе с тем они учатся работать в коллективе.

Иры являются важной формой воспитания умственной активности детей, активизируют психические процессы, вызывают живой интерес к познанию окружающего мира, а самое главное играет большую роль в физическом развитии ребенка.

Подбирая игры, необходимо стремиться, чтобы они были достаточно сложными и в то же время доступными детям. Во время игры дети должны быть внимательными, четко следить за правилами игры. При организации игры нужно опираться на опыт и знание детей, ставить перед ними конкретные задачи, доступно объяснять правила, постепенно усложняя задачу и игровые действия.

Подвижные игры ценны как в физическом, так и в педагогическом отношении. Говоря об оздоровительном эффекте игр, следует отметить, что разнообразные действия играющих оказывают благотворное влияние на сердечно-сосудистую, дыхательную и другие системы организма детей. Игры способствуют общему развитию и укреплению мышц, а также улучшению обмена веществ. Игры с элементами корригирующей гимнастики улучшают осанку. Наличие в играх движений благоприятствует максимальной разгрузке центров головного мозга. Удовольствие, доставленное игрой, не только дает отдых уставшему организму, нервной системе, но и повышает жизнедеятельность, увеличивает работоспособность.

Главное назначение игр для физического воспитания — это отработка основных способов движений и общее физическое оздоровление. Посредством игр дети знакомятся с многообразием движений, их назначением; учатся дифференцировать движения по видам и способам выполнения; упражняются в применении движений в новой необычной обстановке.

Можно сделать вывод, что подвижная игра имеет важное значение для ребенка. Игра обучает и воспитывает детей. Она является жизненной потребностью его и средством всестороннего развития.

1. Практическая часть. Проведение подвижных игр с участием детей и родителей.
2. Раздача родителям памяток.

**ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

1. ***Игровые упражнения.***

**С мячом.**

Детям не сразу удается поймать мяч, отскочивший от стены. У них еще

не достает опыта, они не знают с какой силой нужно бросить мяч, чтобы отскок был не слишком далеким и не слишком близким. Упражнение выполняется с большим мячом (диаметр 20 см):

     - поймать мяч, отскочивший от земли. «Брось мяч на землю так, чтобы его поймать». Площадка должна быть ровной, иначе мяч будет отлететь в сторону и ловить его будет трудно;

    - бросить мяч в стену и поймать его после отскока. «Брось мяч в стену так, чтобы его поймать». Вначале дети бросают мяч очень осторожно, мяч ударяется о стену на высоте груди или живота ребенка. Ловить мяч легче, если он ударяется о стену на высоте, превышающий рост ребенка.

**С прыжками:**

      Прыжки развивают силу толчка и точность движений. Вначале выполняют самые простые прыжки. Первые прыжки совершаются с высоты. Равной расстоянию от

ступни до колена, затем высота увеличивается до 50 см – для младших, до 80 см – для старших.

**Упражнения:**

     - прыжок в цель – круг диаметром 60-80 см, расстояние с места прыжка 30-50 см;

     - прыжок вниз, в момент прыжка хлопнуть в ладоши;

     - прыжок вдаль, цель обозначается веревкой, расстояние 40-60 см;

     - прыжки с поворотом на 90 градусов, чтобы ребенок мог в прыжке повернуться, для ориентира укажите предмет, к которому ребенок должен повернуться;

     - прыжок, согнув ноги с поворотом: встать рядом с бортиком, взяться за края двумя руками, оттолкнувшись двумя ногами перепрыгнуть через бортик и приземлиться с противоположной стороны.

**С лазаньем.**

     Способствуют развитию у детей ловкости и координации движений.

     Упражнения:

     - пролезть в обруч не задавая его;

     - поднявшись по лестнице, повернуться спиной к ней и спуститься вниз.

     2) О правилах любой игры.

     - игра должна приносить радость ребенку и взрослому;

     - заинтересовывайте ребенка игрой, но не заставляйте его играть;

     - предлагаемые задания дети должны выполнять самостоятельно;

     - обязательно начинайте с посильных задач;

     - воспитывайте доброжелательные отношения детей друг к другу;

     - для самых маленьких оживляйте игру сказкой или рассказом;

     - создавайте в игре непринужденную обстановку, не сдерживайте активность ребенка;

     - увлечения детей проходят «волнами», поэтому, когда у ребенка остывает интерес к игре, «забывайте» о ней на месяц-два, а затем «вспомните» о ней.